

Vairagyananda: INDICKÝ HYPNOTISMUS

Theorie i prakse indického okkultismu, vysvětle

KONEČNĚ

docházi uskutečnění u nás dávno potřebný a očekávaný podnik, literární událost prvého řádu:

Sebrané spisy Oscara Wilde-a,

které vycházejí nákladem podepsaného vydavatelství. O významu Wilda pro písemnictví světové a české netřeba se šířiti: ovlivnil mnoho českých spisovatelů a ve světové literatuře vyhraženo mu místo mezi nejprvnějšími; jeho knihy pak náleží k nejčtenějším.

Prvním svazkem, kterým zahajujeme spisy, je nejlepší jeho práce prosou, sbírka duchaplných causerií, břitkých a odvážných paradox, úplné vydání proslulých

INTENCÍ (INTENTIONS)

obsahující essaye: Kritik umělcem; Úpadek lhaní; Péro, štětec a jed; Pravda masek

Intence pocházejí z doby největšího rozmachu jeho tvůrčí moci genia koncem let 80tých a počátkem 90tých, jsou velkolepé estetické práce, jeho uměleckým credem — a unikem ve světové literatuře.

Kniha pečlivě vypravená, na krásném, bezdřevném papíře, ozdobená původním dřevorytem mistra Koblihy prodává se za 12 K, na venkově K 12·60, včetně přirážky Poštou o 20 h více. Objednávky přijímá každé knihkupectví, jakož i

Vydavatelství »SFINX«, Kr. Vinohrady, Dobrovského ul. 4.

Jádro této knihy:

Vydáváme toto jedinečné dílko — pravou raritu v české literatuře — psanou rukou nejpovolanější, hindustanským professorem na madrasské universitě Vairagyanandou, okkultistou prvého řádu. Odhaluje a vysvětluje na vědeckém podkladě veškerá dosud neobjasněná a obdivovaná tajemství a triky indických joginů a ukazuje nám, jak velikou úlohu hraje síla vůle, jež je jediným tajemstvím indických magů v hypnotismu vůbec. Dle návodů této knihy naučí se každý hypnotisovati, a to pro subjekt zcela neškodně; tím právě vyniká toto pozoruhodné, svou myšlenkovou náplní přímo sensační dílko před jinými podobnými „učebnicemi“, které hypnotismu sice učí, ale nikoho ještě hypnotisovat nenaučily.

V této knize naleznete zodpovězeny tyto otázky: Kterak lze se zbaviti nespavosti, různých zlozvyků a bolestí? Jak lze vyvolati u jiných osob různé illuse, fantomy, klamy zrakové a vidění různých výjevů neb osob? Jak hypnotisovati lze bez suggesce, bez upoutání zraku na předmět nějaký neb jiných pomůcek? Jak hypnotisovati lze stiskem ruky? Jak ochrániti lze sebe před cizím vlivem? a mn. j. Návody v této knize uvedené jsou úplně pro zdraví lidské neškodné, ježto autor její neučí t. zv. „transi“, kterouž subjekt za jistých okolností na zdraví svém poškozen býti může.

KNIHOVNA SFINGY, SVAZEK I.

II. VYDÁNÍ.

VYDAVATELSTVÍ „SFINX“. KR. VINOHRADY ČÍS. 437.

INDICKÝ HYPNOTISMUS

THEORIE I PRAXE INDICKÉHO OKKULTISMU, VYSVĚTLENÍ FAKIRSKÝCH ILLUSÍ A EXPERIMENTŮ HYPNOTICKÝCH.

NAPSAL:

VAIRAGYANANDA,

BÝV. UNIVERSITNÍ PROFESOR V MADRASU.

UPRAVIL:

HARRY W. BONDEGGER.

PŘELOŽIL DO ČEŠTINY:

ALFRED BENEŠ.



II. VYDÁNÍ.

1919

VYDAVATELSTVÍ „SFINX", KR. VINOHRADY, DOBROVSKÉHO 4. - TISKL ALOIS KONÍČEK, KR. VINOHRADY.

POZNÁMKA VYDAVATELSTVÍ K ČESKÉMU PŘEKLADU.

Majíce na zřeteli podati českému čtenáři knihy originelní, psané však hlavně jasně a srozumitelně, volili jsme přepracované vydání Vairagyanandova díla, které obstaral známý americký okkultista Harry Winfield Bondegger, Baltimore, U. S. A., jež splňuje udané podmínky v míře největší. Oplývát anglický originál pro nás — a zejména pro laika — těžko srozumitelnými výrazy sanskrtskými, dlouhými metafysickými a historickými úvahami, vypravováním o experimentech atd., a pak květnatý způsob orientální mluvy, který nahražen v přítomném vydání střízlivým a prosaickým, tím však srozumitelnějším slohem, to vše je zbytečnou přítěží, činící anglické vydání právě tak objemným a drahým. Praktický obsah zůstal samozřejmě úplně nedotčen a tak, jak se dílko toto nyní jeví, jest zajisté ojedinělé v české literatuře okkultní. Ono nejen že ve stručných, jasných rysech poučuje o methodách západních i východních hypnotistů, nýbrž — a to je důležitou zvláštností, jíž liší se od spisů jiných — ukazuje, jak velkou úlohu hraje síla vůle, jež je jediným technickým tajemstvím indických magů v hypnotismu vůbec. Kniha tato jest také jediná v literatuře naší, která podává jasný obraz o příslušných theoriích Hindů. Okkultističtí odborníci, znající anglický originál, dávají tomuto upravenému vydání přednost před originálem samého Vairagyanandy.

VYDAVATELSTVÍ.

I. HLAVA.

ÚVOD.

Hypnotism nesmí býti zaměňován s osobním magnetismem, jak se to bohužel namnoze děje.

Osobním magnetismem vyrozumíváme schopnost získati sobě a udržeti náklonnost, přízeň a zájem lidí. Osobní magnetism toť sympatie a antipatie, které ovládány jsou jistými zákony. Každý člověk má v sobě do jistého stupně vyvinutý magnetism — tu více, tu méně.

Hypnotismem vyrozumíváme naproti tomu sílu či moc člověka, duševní život jiného člověka úplně, a to u vyšším stupni než on sám, ovládati. V hypnotickém čili psychologickém stavu, jak jej v Americe nyní všeobecně nazývati si navykli, nalézá se imaginační schopnost či obrazivost hypnotisované osoby či osob v úplném područí hypnotisty, a má tento obyčejně více moci nad obrazivostí subjektu t. j. osoby hypnotisované, než má tato sama.

Poněvadž tato obrazivost ovládá s absolutní mocí povahu, veškeré myšlenky, paměť i tělo a jeho funkce, jest v úplné moci toho, kdo tuto něčí obrazivost ovládá svou vůlí, libovolné změny, jak v povaze, v myšlenkách, v paměti, tak i v tělesných jeho funkcích vyvolati a tak na jeho osud, jeho intellektuální schopnosti, paměť i zdraví působiti. Každému praktickému okkultistovi jest známo, jak nesnadno jest takové změny z vlastní síly provésti. Všecky tyto obtíže odpadají při upotřebení hypnotismu.

II. HLAVA.

Jak známo, učí okkultisté, že existují čtyři světy, či tak zvané „roviny." To jest:

1. Svět fysický neboli hmotný se svými jen částečně odkrytými mechanicky působícími silami, které se jako hmota projevují.

2. Svět astrální, obsahující obrovské oceány myšlenek, které v něm existují ne jako pojmy, nýbrž částečně jako povrchně naznačené a nerozpoznatelné obrazy; na každý způsob však jako vibrace (chvění), všemi barvami hrajícího a všemi tony znějícího etheru myšlenkového s trvalými východisky.

3. Svět mentální, t. j. svět pojmů a obrazů jako obsah čistého intellektu — a konečně za

4. svět duchovní, který pravděpodobně obsahuje nesčetné světy, ležící za světem čili rovinou mentální.

Těmto čtyrem světům čili rovinám, odpovídají v člověku jako bytosti:

1. fysický organism či tělesný.

2. astrální organism neboli souhrn myšlenek („náklonností," „chtíčů") astrální roviny, to jest, co my myslí jmenujeme;

3. mentální organism neboli pamět;

4. vůle čili to skutečné „Já" v člověku.

Začátečník musí se na pozoru míti, aby síly astrálního organismu nezaměnil s „vůlí", to jest se svým skutečným „Já." Náklonnostmi, tužbami a chtíči rozumím hnutí v nás, které nepocházejí z nás, nýbrž z myšlenek a tudíž jako objekty (předměty) se jeví.

Hnutí či podněty naší vůle sami pozorujeme jen na výsledcích, neboť mají původ svůj jen v nás samých, jakožto v nepostřehnutelném subjektu.

Vůle ovládá všecky tři organismy. Ona vyvolává v těle mozkové vědomí, v mysli astrální vědomí, a v mentálním organismu mentální vědomí. Každé vědomí jeví se jasnovidci jako světelná sféra (prostředí), jejíž paprsky ze společného ohnicka vycházejí. Pramen, z něhož paprsky ty vycházejí, jest právě vůle.

Síla vůle jest energií vesmíru. Mechanická energie, duševní nebo astrální energie, síla úsudková atd., jsou jen projevovými tvary síly vůle.

Myšlenka, přísně vzato, nemá žádné síly. Veškerá její moc propůjčena jest jí od síly vůle, a na ni obrácena pozornost jest jakýmsi průtočištěm, jímž do ní energie přitéká. Myšlenka neděkuje za svůj vznik nám, neboť my nejsme jejími tvůrci, poněvadž člověk není žádnou myslící bytostí (!) an on netvoří myšlenek vůbec. Nikdo nemůže nám podati o vzniku a původu myšlenek, ani zprávy, ani vysvětlení — a nikdo také nemůže popsati proces myšlenkový. Závěry činící myšlení, není nic jiného a nic více, než hromadění nápadů (myšlenek), které člověk pozorností jako nějakými kleštěmi přímo ze světa myšlenkového vytahuje. Nikdo nechť nemluví o ideoassociaci! Žádná myšlenka nevyvolává řetěz jiných za sebou. Vůle žádá a přeje si změny. Proto odvrhuje stále myšlenky staré a sbírá nové. Nejsou tedy myšlenky výplodem subjektivním.

Nejlepší důkaz pro objektivní existenci myšlenek podává skutečnost, že ony zdánlivě silnějšími mohou býti než my sami. Mohlo by tomu býti tak, kdybychom tvořili myšlenky sami? Nikdy by nás vášně, náruživosti a chtíče neobtěžovaly, nebo nepoháněly, kdyby svou energii od našeho mozku braly, jenž jako jich tvořitel musel by býti silnějším všech jich.

Nikoliv! Myšlenky nejsou výplodem ani výtvorem vůle v nás individualisované, nýbrž existují zcela nezávisle mimo nás v jakémsi myšlenkovém světě*) astrálního světa. Vše, co si myslíte, a o čem sobě představu učiniti můžete, existuje ve světě myšlenkovém. Představ, kterých v astrálním neb mentálním světě není, nemůžete sobě učiniti. Myšlenka bude tím určitější a jasnější, čím více jí pozornosti věnujete a čím déle v ohnisku svého vědomí ji podržíte.

III. HLAVA.

Existuje kolik set knih, které o hypnotismu pojednávají. Knihy ty vydány a rozprodány jsou ve velikých ná-

*) vlastně podsvětí.

kladech. Pátráme-li však po tom, kolik lidí se z nich hypnotisovati naučilo, shledáme, že v nejpříznivějším případě jen asi jediná osoba z desetitisíců knihy o hypnotisování četla. V čem toho příčina?

Prostě proto, že všechny tyto knihy pouští se zřetele velmi důležitý bod, jenž jest základem celého hypnotického umění, a to jest vypěstění silné vůle, kterouž si každý operatér opatřiti stůj co stůj dříve musí. Ani známým magnetickým tahem rukou, ani suggescí, ani upoutáním zraku subjektu na lesklý knoflík, nelze vyvolati hypnotického stavu. Jen silou vůle lze toho dokázati. Síla vůle znamená při hypnotismu v š e c h n o.

Kdo tedy skutečně s úspěchem hypnotisovati chce, musí vynikati velkou silou vůle nad vůlí svých pokusných objektů. V teorii platí pravidlo, že síla vůle jest jedna jako druhá, ale jest to vůle obyčejně latentní*). Tací lidé s latentní vůlí nedovedou jí využíti, nejsouce sobě vědomi nevyčerpatelné a neobmezené její energie. Doporučuji jednomu každému, kdo vůbec nějakého úspěchu dodělati se chce, aby úsilně zabýval se výcvikem své vůle. Výcvik tento však nezáleží v umořování těla, svalů, v diskutování, oponování, v namáhání nebo ve svéhlavém odporování. Tím dodává se energie jenom myšlenkám, které nás oduševňují a my tím jen rozmnožujeme svá hnutí a pudy. Akt vůle nesmí býti výsledkem napětí sil jejich, nýbrž výronem klidu a rovnováhy její.

Kdo svou vůli tedy cvičiti chce, nesmí především stotožňovati svou vůli se svými myšlenkami, nýbrž dovésti je přesně od sebe rozlišovati. Zdaří-li se mu to, má to za následek, že myšlenkám dostává se méně energie než dříve a jeho cíl, aby jednotlivý akt jeho vůle silnějším byl nežli všecky myšlenky, jest dosažen.

Podléháme-li ještě různým attrakcím (přitažlivostem), jimiž se na nás působí, jest to důkazem, že síla naší vůle myšlenky živí přes míru energií a je tím silnější činí než sebe. Jeden každý z nás učiniti by si to měl za svou povinnost a cíl, veškeré attrakce ihned v jich zárodku potlačiti. Nesmí mně však tu býti rozuměno nesprávně, neboť tím nemíním,

*) neprobuzena či dřímající.

aniž žádám od svých žáků odříkání nebo resignace. Věci mohou na ně přitažlivě působiti, ale moji čtenářové mají se jim oddávati jen dobrovolně, a ne se jimi nechati uvlékati. Oni musí se míti stále úplně ve své moci a každý cizí vliv kdykoliv a dle své libosti se sebe setřásti.

Zachovávati-li se bude a říditi čtenář aspoň po dva měsíce dle níže uvedených 6. rad, zvýší tím jistě dosavadní energii svou, t. j. sílu své vůle asi desateronásobně:

1. Buďte za všech okolností trpěliví!

2. Buďte za všech okolností vlídní!

3. Buďte za všech okolností klidní a zachovávejte za všech okolností duševní rovnováhu!

4. Vykonejte jednou denně něco, k čemu se musíte přinutiti!

5. Jste-li napadeni zármutkem, bolem, starostmi, soužením, hněvem, mrzutostí atd., nemluvte o tom ni slova ani hlasitě s někým, ani potichu v duchu sám se sebou. Obzvláště nečiňte a varujte se tohoto. Máť nejvýše důležitý význam nerozprávěti v duchu o potkavších vás nehodách. Abyste na ně zapomněli, čili lépe řečeno z duše soužící vás myšlenky vypudili, pokuste se čísti nějakou knihu, nebo článek nějaký (nejlépe odborný) a čtěte se soustředěnou pozorností a porozuměním tak dlouho, až zpozorujete, že obtěžující a tísnící ty myšlenky vás opustily.

6. Odřekněte si denně nějaké toužebné přání (splnitelné.) Míním tím hlavně, abyste se ten den nezabývali na žádný způsob s nějakým svým oblíbeným předmětem, neb si jej neopatřovali.

Přenechávám čtenáři, aby svrchu uvedený návod ku cvičení a sílení vůle a její síly sám upravil dle svého dobrozdání. Zapomínati však nesmí nikdy, že tu jde o čisté akty vůle, a že dosažení vytknutého cíle jen od úspěšného boje proti pudům a náklonnostem a žádostem, jakož i od klidu a rovnováhy duševní závisí.

IV. HLAVA.

Také chování hypnotisty vůči jeho bližním má vynikající důležitost. Především nesmí s nikým důvěrně obcovati tak, jako se svými blízkými příbuznými. Tím není

řečeno, aby nechoval se ku každému zdvořile, vlídně, laskavě, přátelsky, úslužně, neb nebyl ochoten státi se nápomocným tomu, kdož toho potřebuje; jen nesmí s nimi sdíleti se se svým míněním, svými názory, svými pocity intimními, se svými záměry, tužbami, poměry rodinnými i obchodními atd. Přes tuto zdrženlivost přímo až úzkostlivou může, ano má býti společenský, ale chovati se důstojně s imponujícím způsobem, mluviti opatrně. Na ten způsob bude od ostatních lidí se výhodně lišiti, poněvadž úsilí, vynaložené na získání sebevlády ho účinným a silným osobním magnetismem vyzbrojí. Všichni lidé, kteří každý sval a každé slovo ve své absolutní moci mají, jsou šťastni, silni, zdraví, ctěni, vlivni a zámožni. Oni hromadí v sobě následkem sebeovládání osobní magnetismus, jehož různý stupeň určuje jich postavení v životě s největší přesností.

Hypnotista, který mocí své vůle jednotlivé osoby anebo celé davy lidí hypnotisovati chce, tak jak to indičtí kejklíři dovedou, aniž by obecenstvu si svého, na něm závislého, psychologického stavu vědomo bylo, musí každý jednotlivý svůj pokusný objekt, pokud se aktivní síly vůle týče, předčiti.

Proto musíte svou vůli vychovávati a pilně cvičiti, aby stále mocněji, než dříve, se projevovala. Nikdo nesmí nějaký zájem váš trvale pro sebe vzbuditi, nebo nějak dráždivě na vás působiti. Také musíte potlačiti v sobě jakoukoliv sdílnost, to jest touhu, svěřovati se svými záležitostmi jiným. Vše to jest následek účinků cizího vlivu, který sice na sobě postřehnouti můžete, ale ihned silou své vůle se sebe setřásti musíte.

Vychování silné vůle může, jak ostatně již výše řečeno bylo, docíleno býti jedině cvičením se v sebeovládání. Žádných jiných prostředků a cest ku dosažení cíle toho tu není. Ostatně každého člověka, bez výjimky, jest povinností, sebeopanovati i ovládati své myšlenky, jakožto příčiny všeho zla na světě, kterýmž jsme sužováni, a jež nic vlastně není více, než následek nějaké povolnosti (hlavně oproti myšlenkám špatným), či zkrátka popuštění uzdy svým pudům a chtíčům.

Žádný ze čtenářů, který nedosáhne cvikem a sebevýchovou co možno vysokého stupně své skutečné „já" proti

myšlenkám své duše uplatniti, nemůže očekávati, že bude míti nějaký užitek ze čtení této knihy.

V. HLAVA.

Jisté síly myšlenkové musí v duši adepta (žáka) hypnotismu zůstati živými, má-li se v životě dodělati úspěchů. Návod v této kapitole naznačený má vám sloužiti jako vodítko nebo ukazovatel, dle něhož vám říditi se jest, abyste řečené síly myšlenkové nabyli.

Opatřte sobě jakoukoliv sochu sádrovou (nejlépe poprsí) a postavte ji na nějakém vhodném místě ve svém pokoji. Každého pak dne odbývejte před sochou tou asi půl nebo nejméně čtvrt hodiny trvající sedění dle tohoto návodu: Posaďte se na pohodlnou stolici v určité nevelké vzdálenosti před sochou. Máte-li na očích brýle nebo skřipec, odstraňte je dříve a pak upřete zrak svůj do obličeje sochy, soustředivše svůj pohled upřeně a neodvratně na špičku jejího nosu, aniž byste při tom však ni dost málo víčky pohnuli. Rozumí se samo sebou, že musíte býti ve světnici docela sami a nevyrušováni.

Seděti nutno nenuceně, pohodlně, neboť svaly jak hlavy, tak těla ostatního nesmějí býti při tom nějak napjaty neb namáhány. Zatím, co na sochu hledíte, vdýchnete pomalu, ale hluboce vzduch. Když již více vzduchu nabrati nemůžete, zavřete oči a pomalu vydechujete. Pak pokračujte v pomalém a čím dále, tím hlubším vdechování a vydechování, než obyčejně. Při tom třeba oči nechati stále zavřeny.

Ihned, jakmile oči zavřete, začnete sám s sebou vésti rozmluvu, kteráž však vedena musí býti zcela vážně, tedy ani žertovným, ani skeptickým tonem. Také nesmí býti vedena hlasitě, nýbrž jen v duchu a to zcela prostým, střízlivým, klidným, rozumovým a přirozeným způsobem; nikoliv tedy strojeně, (affektovaně), theatrálně, sentimentálně, neb deklamátorsky. Obsah či smysl vašeho rozhovoru nesmí býti připravený, nýbrž musíte mluviti (vlastně spíše mysleti) jak se říká „s patra", čili to, co vás napadne.

Níže uvedený příklad takové duševní rozmluvy se se-

bou samým, poučí nás o tom, v jakém asi smyslu či způsobu vedena býti má.

„Jsem to já sám a nikoliv moje myšlenková hnutí, pocity, podněty, pudy, chtíče, náklonnosti, představy a jak se všecky ty myšlenky nazývají. Záleží to jen úplně na mně, myšlenky do mého vědomí vpustiti, anebo je z něho vyloučiti. Myšlenky nemají žádné moci nade mnou, nýbrž já jsem jich pánem a ony jsou mně úplně podrobeny. Když chci, nechám je nepovšimnuty a ony mě musí opustiti. Jsem nezvratně rozhodnut, všecky představy neb dojmy, které by na mě nějaký vliv míti mohly, ignorovati (přezírati), a takto jich činnost v mém vědomí zmařiti. Přeji si, aby mé myšlenky tvořily ukázněný tlum. Jak toho cíle dosíci, abych se dobrých výsledků dodělal? Musím být pánem sebe sama, chci-li svůj život zachovati, zdráv a šťasten býti a ku předu jíti. Myšlenky jsou jen mé služky a musí mě poslouchati. Vláda světa mně uložila za povinnost jim poroučeti, je zaměstnávati a je odnětím mé pozornosti trestati a k poslušnosti přiměti. Této povinnosti musím a chci dostáti — a také dostojím. Proto nejsem povolný a shovívavý, nýbrž jen dle své vůle jednající a zcela samostatný. Shovívavost přivodila by mně za trest neštěstí, nemoc, nezdar neb nejméně špatnou náladu. Proto dohlížím přísně k tomu, aby neporušily svou podrobenost, a kdykoliv pozoruji, že některá myšlenka mě ovládnouti se pokouší, vyhostím ji na tak dlouho ze sebe, až se neposlušnosti odnaučí. Samozřejmě byla její neposlušnost mnou zaviněna, neboť myšlenka není žádnou bytostí jako já, byť jí i mnozí spisovatelé zosobňovali. Stala-li se neposlušnou, jest to patrně následkem toho, že jsem s ní zacházel jako se sobě rovnou, čemuž však tak není a nesmí býti. Dal jsem jí přednost před jinými a hýčkaje se s ní, věnoval jí déle pozornost než třeba bylo. Ona a já jsme tvory, kteří navzájem k sobě jen v poměru jako sluha ku svému pánu státi musí. Proto nesmím živiti ji silou své vůle, z její přítomnosti se těšiti aneb ji k sobě povznášeti. Nesmím žádných zvlášť oblíbených myšlenek míti. Není-li myšlenka mojí služkou, stane se mým pánem, ovládne mě a lidé mě pak nazývati budou jednostranným, podivínem, vrtošivým, nevrlým, nebo dokonce posedlým, po případě i šíleným. Nikoliv! Myšlenka.

jako pouhý posel, má mi odevzdati jen zprávu, kterouž vezmu jednoduše na vědomí. Tím úkol její vyplněn a já jsem s ní hotov; proto má mě ihned zas opustit.

Pociťuji nyní (ku příkladu) strach, tíseň a starost, co mně zítřejší den přinese. Dobrá. Tato myšlenka není nic jiného, než varovný hlas. Vykonala's svou povinnost, teď nemám více již s tebou co dělati. Bude-li třeba, přijď zas. Teď učiň místo myšlenkám; zmužilost, odvaha a zdar. Myšlenky jsou věci, které mohu uchopiti a do vibračního centra (ústředí) svého vědomí vložiti. Myšlenka strach vyvolávající a myšlenka k opatrnosti vyzývající, vykonavše svou povinnost, poslány jsou zpět ku konání služby a jich místo zaujmou mnou zavolány myšlenky: „Odvaha a zdar." I přivolám sobě ještě naději, veselou mysl, klid, radost, jistotu atd., atd. Všecky musejí přede mě předstoupiti a odevzdati mně své poselství. Tak myšlenka naději vyvolávající praví: „Velké bohatství jest na cestě k tobě, jako odměna tvé píle a práce, tvých to myšlenkových poddaných." Řeknu jí: „Beru to na vědomí, jdi a uspiš jeho příchod!" Myšlenka „veselá mysl" přichází na to a praví: „Můžeš být veselé mysli, pane, neboť tvé přání se vyplňuje. Všeho, čeho si žádáš, se ti dostává, neboť máš silnou vůli a jsi náš přísný vládce." Myšlenka „klid" představující, praví: „Máš vůli jako skála pevnou, jíž nic pohnouti nemůže. Každá bouře láme se o ni. Jsi jako egyptská sfinga, která nezměněně na tisíciletí zpět pohlíží a jsi ustanoven proto stále panovati". A myšlenka „jistota" praví: „Pluky tvých myšlenek stojí věrně při tobě, náš mocný kníže, neboť ty jsi jich silný vládce, pamětlivý svých panovnických povinností. Tvá nezměrná síla vůle dodává každé myšlence, která i jen krátký okamžik v tvém vědomí se zdrží, sílu vítězství na mnoho hodin. Nikdo ti nemůže škoditi, kníže náš, neboť astrální armáda tvá jest nepřemožitelná." Odpovím jim všem: „Vaše poselství vzal jsem na vědomí. Jděte po své práci a přijďte zas, až vás zavolám!"

Nejsem přece bláznem, abych stále choval jednu zamilovanou myšlenku a sobě stále opět a opět její poselství opakovati nechával. Kdybych na příklad myšlenky „naději a očekávání" v mysli podržoval, nemohly by pro mne pracovati. Kdybych zabýval se stále v mysli své myšlenkou „cti-

žádost", nedosáhl bych nikdy cílů, k nimž ona mě pudí. Nesmím tedy žádnou myšlenku, déle než několik okamžiků ve svém vědomí trpěti. Každá musí ihned z něho ven aby mohla ve sféře (prostředí) paprsků mého vědomí absorbovaná (pohlcená) energie k objektivnímu uskutečnění býti spotřebována. Myšlenky však mohou se vraceti denně, po případě i každou hodinu. I můj stále věrný kancléř a vůdce, t. j. myšlenka „sebeovládání" musí mě občasně opustiti, aby svým povinnostem dostáti mohla a k mým mentálním poddaným vyjíti a mně při jeho objektivním uskutečňování býti nápomocna."

* *
*

Čtenář pochopí, že tento (příkladem uvedený) rozhovor nemá jiného účelu, než jemu poskytnouti možnost, aby sobě udělal jasnou představu o vládě nad myšlenkami, čili o ovládání jich a pohnouti ho, aby denně aspoň po 15 neb 30 minut naznačené tu cvičení (bez přerušení aspoň po dva měsíce) konal. Ovládání myšlenek jest můj všeléčivý prostředek, který každému doporučuji. Není cíle dle mého přesvědčení, kterého by nebylo lze silou myšlenkovou dosíci; není přání, které by pomocí jí nebylo splněno štěstí, zdraví, bohatství atd., nevylučujíc nic, co by jí získáno býti nemohlo. Myšlenky přivolají se do vědomí, podrží v něm nejvýše jednu minutu a hned pošlou s rozkazem pryč, aby dle své povahy pracovaly a čas od času opět se dostavily. Slovy: ‚pošlu pryč' míním vyhostění jich na určitě dlouhou dobu z paměti, čili jinými slovy jich úplné zapomenutí na jistý čas.

Člověk musí to, čím jest a co má, nikoliv za výsledek svého života nebo svého zaměstnání, nýbrž za výsledek svého myšlení pokládati. Adept, čili skutečný mistr svobodného zednářství nebo yogy (obé jest vlastně jedno a totéž) nemusí ruky své po penězích vztahovati. Tyto mu samy do měšce padnou. Pojmu peněz, bohatství atd. odpovídající myšlenky, které on vyšle ze svého vědomí ven do světa, aby zaň pracovaly, starají se bez jeho přičinění již samy o to, aby peníze i bohatství hrnuly se mu v největší hojnosti do klína. Odkud a jak, jest mu lhostejno. To

náleží do oboru sil myšlenkových, které ve směru nejmenšího odporu pracují. Tak, jak tomu jest s penězi a bohatstvím, tak se to má i s ostatními statky a dobry lidského štěstí, na př. se zdravím, věděním, uměním atd. Adeptu dostane se převážného dílu jeho majetku od jeho mentálních podrobenců, čili od „náhody", jak to profanní nezasvěcenci nazývají. Připomínám výslovně, že dokonce i organické neduhy, vady a chyby silám myšlenkovým odporu klásti nemohou a jimi vyléčení docházejí: Úplné zdraví, dokonalé údy a krásná těla jsou zrovna tak snadno správným upotřebením sil myšlenkových dosažitelna jako vědomosti a bohatství.

Kdyby snad čtenáři bylo nesnadno nalézti vhodná slova a myšlenky při cvičení takovém, nechť otevře oči a hluboce vdechuje, upře je opět na několik vteřin na špičku nosu sochy. Toto cvičení, to jest hluboké vdechování, upřený pohled na sochu, na několik vteřin, a ihned na to přivření očí, doporučuji jako utišující prostředek a pomůcku ku sebrání sil.

VI. HLAVA.

Názory, které jsem právě zde vyložil, budou se mnohému nezasvěcenci zdáti as absurdními, nebo pouhým tlachem. Nejsou však ony mnou samým stvořené a hlásané idee, nýbrž společný vědecký majetek většiny obyvatelů této země (Indie), a proto již nemohu věřiti, že by tyto myšlenky byly skutečně tak nesmyslné. Bylo by nalezlo učení toto skutečně tolik přívrženců i mezi anglosaským národem, který svoje názory světové ze zlomků indických systémů a nauk sestavuje, a zejména tyto zde přednesené theorie za své přijímá?

Indickým okkultistům (yoginům) všeobecně činí se výtka, že jich systémy nečiní úplně zadost kausálním (příčinným) požadavkům. Jak směšná to námitka. Což podávají západní vědy též úplné vysvětlení o předmětech jich učení?

Pro mě nestává žádné pochybnosti! Astrální svět skutečně existuje — a každý, kdo si dá práci návody této knihy sledovati a jimi se říditi, může si snadno o tom dů-

kazy opatřiti. Kde tento astrální svět existuje, nemohu naznačiti. Neleží ve světě fysickém, ale patrně vedle něho. Jest prostorový i časový jako onen, a časově i prostorově souhlasí oba vespolek asi úplně. Slovce „vedle“ jest vlastně špatně voleno a nesmí býti pojímáno doslovně ve smyslu prostorovém; spíše měla býti volena předložka „mimo“, neboť svět fysický jest nekonečný a prostorově „vedle“ nemůže vedle něho existovati.

Látka, z níž sestává svět astrální, jest cosi vlnitého, podobného oblakům, když nás tato na vysokých horách zahalí, nebo čisté vodě, když se do ní s otevřenýma očima ponoříme. Vlny astrálního oceánu jeví se jako chvění (vibrace), podobné světlu. Proto mluví o něm mnozí okkultisté jako o světle astrálním. Také látka astrální jest různá jako hmota fysická a její druhy odpovídají příslušným složeninám a prvkům fysickým.

Kromě těchto jistých shodností existuje ještě mnoho jiných věcí v astrální rovině, o nichž však tuto pojednati nelze. Především jsou tak astrální těla lidí, jež jsou docela zvláštními organismy. Každý jednotlivec má kromě svého těla fysického také tělo astrální. V nás individualisovaná vůle má, jak ve fysickém, tak i astrálním světě svůj organismus. Vůle nebo život, obé oduševněno, jest totéž. „Já“ v těle astrálním jest totéž „já“ v těle fysickém. Souvislosti — krom pásky sympatie — mezi organismem astrálním a fysickém není žádné, poněvadž obě těla jsou majetkem jedné a téže individualisované vůle či jedné a téže bytosti. Z té příčiny dotýkají se různá působení na tělo astrální také těla fysického a opět naopak působení na tělo fysické opět těla astrálního na základě svrchu uvedení pásky sympatie či spoluúčastenství. Myšlenky mají nepopíratelný vliv na chemické složení těla, v kterémž mnohé choroby a organické změny povstávají, pro něž žádných materielních neb objektivních příčin nalézti nelze. Krajina, v které se někdo zdržuje, oděv, který nosí, barvy, které ve svém okolí vidí, způsob, jakým dýchá a mnoho tisíc jiných maličkostí účinkuje zpět i na tělo astrální.

Z četných ostatních obyvatelů světa astrálního, kromě astrálních těl lidských, jmenuji zatím jen elementály, jak tyto tvary nyní v literatuře okkultní všeobecně nazývány jsou.

Elementály jsou docela zvláštní bytostí. Není žádné pochyby, že mají i ony nějaké vědomí, které však s naším ovšem srovnávati nelze. Na žádný způsob elementály nemohou však mysliti, neboť jsou samy myšlenkami.

Kdykoliv v této knize o myšlenkách mluvím, mám na zřeteli náklonnosti a popudy, které představují ty takvané imponderabilie moderních psychlogů. Nemíním představ a dojmů, které obyčejně se též ku myšlenkám počítají.

Pojmem „elementály," nesmíme sobě žádné zlé duchy, strašidla, příšery nebo šotky představovati. Jsou to bytosti klidné, neškodné, personifikovaná (zosobněná) poslušnost, bez sebeurčení a úplně od paprsků lidského vědomí závislé. Nejsou ani dobré ani zlé, ani nemají postavy příšerné. Vše to jsou vybájené představy obrazotvornosti. Elementály škodí nám jen, když nám někdo něco zlého přeje, na nás se zlobí neb nad námi se rozčiluje atd., ale i tu, jen tehdá, když nás tlum naších vlastních elementálů opustí a nechá na holičkách.

Okkultističtí spisovatelé přiřkli elementálům lidskou postavu a řeč, však neprávem. Všecky takové postavy astrálního světa jsou většinou výplody naší vlastní obrazotvornosti. Náš astrální organismus obklopen jest aurou, složenou z astrálních látek. Veškeré naše představy a myšlenkové obrazy zrcadlí se v této auře a tyto zrcadlové obrazy jsou to, které většina astrálních diváků pozoruje. Dle druhu jeho předsudků jeví se pak takovému pozorovateli svět astrální, jenž však v tom případě není vlastně astrální svět sám, nýbrž jen jeho aura.

Astrální smysly člověka jsou latentní, t. j. skryté, až na jediný základní: hmat totiž. Astrální zrak vypěstiti, pokládám u člověka za nemožné; alespoň mám za to, že to musí býti předmětem teprve osobního vyučování. Přes to jest pro každého možné na několik minut do své vlastní aury nahlédnouti a to prostřednictvím tak zvaného hledění křišťálem. Radím však pokus ten prováděti jen jako kuriositu nejvýše jednou neb dvakráte za měsíc. Rozumí se, že dá se tím způsobem jen povrchně a subjektivně nahlédnouti do světa astrálního. Rozvinutí daru jasnovidství touto cestou jest

vyloučeno a pokoušející se o to, vydal by jen zbytečně při tom zrak svůj v nebezpečí poškození.

Astrální pozorovatel vidí před svým duchovým zrakem proudění barevných vln všech barevných odstínů. Bude zajisté zajímati čtenáře, který se tímto pokusem obírati hodlá, zví-li, jaký význam mají jednotlivé vibrace. Bílé paprsky třeba posuzovati vždy příznivě. Bílou barvu viděti jest v auře nevinných, čistých a věrných osob. Barva bílá jest opakem černé, kteráž prozrazuje nepříznivý vliv na práci. Světle fialová barva ukazuje na pravdymilovnost a soucit jako výsledek zakuseného neštěstí. Zelená naznačuje sílu, rovnováhu, jistotu a vědomí vítězství. Špinavá zeleň značí podvod. Hnědá zklamání a lakotu. Červená teplo, lásku k životu a tvůrčí sílu. Rudá (krvavě) vášnivé výstřednosti. Nachová smyslnost. Nachová s černou pomíšená, surovost. Šedá škarohlídství, smutek, trudnomyslnost. Světle hnědá prozíravost a ostrovtip. Tmavohnědá náboženskou horlivost Tmavožlutá žárlivost a kolísavost. Světležlutá uznalost. Oranžová logiku.

VII. HLAVA.

Elementály, či myšlenkové tvary jsou hlavními pomocníky magů. Upotřebení jich k účelům užitečným zove se bílá magie, jich zneužití, černá magie. Když se na někoho zlobíme, na někoho žárlíme nebo někomu úklady strojíme, někoho proklínáme atd., stáváme se černými magy, neboť vyhledáváme jen zlé elementály či myšlenky, aby co nejvíce předmětu našeho hněvu nebo zášti škodily. Po celé hodiny živíme v sobě naši nenávist a vyzbrojujeme tak elementály neobyčejně silnou energií, které pak zahájí ihned své zkázonosné dílo, jakmile je z mysle propustíme, zapomenouce jich chvilkově, čímž ke práci je pustíme. Na štěstí škodí takové osoby citelně tím jen sobě, neboť existují ve světě astrálním jistí činitelé, kteří do událostí takých blahodárně zasahují, hledíce napadené chrániti a zlo napravovati.

Mahatma či adept (zasvěcenec) jest absolutním vládcem elementálů či myšlenkových tvarů. On vůči nim uplatnil

svoji individualitu, svou vůli a může tedy opravdu na predikát „nadčlověk“ si nárok činiti.

Dokud byl ještě „čela“ (žákem okkultismu), dostalo se mu od jeho „guru“ (učitele) ústního a theoretického poučení o myšlenkových tvarech, které za pravé uznati musel. Pak dostal za úlohu ze své vlastní síly a vůle na vládce svých myšlének se vyšinouti a ku dalšímu vývoji své vlády nad nimi potřebné vědomosti ze svého pozorování a poznání sám čerpati, neb pomocí elementálů si je opatřiti nechati. Bylo mu doporučeno, aby veškeré popudy a hnutí, které jeho duší procházejí, bedlivě zkoumal, jest-li z nich nějaký užitek pro ň nebo pro někoho jiného vzejíti může. Ty, které žádný užitek neslibují, aby navždy z vědomí svého vyhostil. To, co však nějaký užitek slibuje, aby do srozumitelných slov formuloval a se snažil dle své libosti na to úplně zapomenouti. Čas od času, aby však dovolil takovým myšlenkám v jeho vědomí kratší nebo delší dobu se zdržeti.

Tak na příklad vzniklo v žáku přání dosáhnouti větší summy peněz, aby z jejich úroků skromně žíti a svým studiím nerušeně se oddati mohl. On formuloval tuto myšlenku, dejme tomu ve větu: „Ty opatříš mně malý kapitál“ i představil si při tom, že pověřil jistý elementál tímto úkolem a nechal denně myšlenku tu na několik vteřin do svého vědomí vrátiti. Když pak toto přání bylo v něm skutečně pocítěno po vpuštění myšlenky té do jeho vědomí a pak ihned zase z něho a z paměti vypuštěna, aby zapomenutím na ni poskytnuta jí (či onomu elementálu) byla možnost k uskutečnění onoho přání působiti, byl si žák vyplnění přání toho zcela jist.

Bylo a jest úkolem a povinností žáka celý souhrn svého duševního života roztříditi na užitečná a pošetilá či škodlivá hnutí (tužby, přání, pudy, chtíče atd.) — a všechny nemoudré či pošetilé myšlenky energicky vymýtiti tím, že je přijme zamítavě a jim ni nejmenší pozornosti více nevěnuje. Všecky dobré a za užitečné uznané myšlenky sestaveny býti mají v jasné věty a v paměti chovány. Kromě toho však mají býti za účelem podpory téže doslovně zaznamenány v jakémsi „elementálním rejstříku,“ avšak z jistých důvodů (o nichž tuto nemůže býti šíře pojednáno), nikoliv očíslovány. Jest dále úkolem žáka, denně jen několik vteřin na ra-

znamenané myšlenky mysliti, kdežto ostatek času denního energickým zabavením sebe nějakou prací se vynasnažiti ony myšlenky zapomenouti.

Vícehodinná koncentrace pozornosti na jedinou myšlenku, vede k onemocnění čivů, kdežto změna a zapomínání jich k ozdravění. Déle, než nejvýše patnáct vteřin, nemá jednotlivá myšlenka ve vědomí našem býti chována; pak musí ustoupiti, abychom nestali se jí posedlými, t. j., abychom nepropadli snad nějaké náruživosti, vášni neb utkvělosti.

Neustálá bdělost žáka rozvíjí sílu jeho vůle neobyčejně. Stále blaženěji, stále jasněji a světleji je mu v jeho nitru. Absolutní vláda nad jeho myšlenkami dodává mu úplného klidu. Jeho myšlenky nerozrušují více jeho organismus, nýbrž dlí stále venku, pracujíce a tvoříce pro něho ve světě. Stává se schopným kdykoliv ponořiti*, se do hlubokého spánku, čímž získává, neboť spánek jest v velikým projevem síly vůle a vlévá podle stupně jeho hloubky do jeho unaveného těla ony tvořivé energie, jeho „Já", které pomáhají pak budovati zdravé, silné a krásné tělo.

Klid a všeho rozčilování prostá mysl jsou nejhlavnějšími přívlastky síly a jejími největšími důkazy. Myšlenkové vibrace (záchvěvy) duševně úplně klidného může působí neodolatelnou hypnotickou silou; jeho slova, jako neodolatelné rozkazy. Křik, zbytečné mluvení, projevy hněvu, mrzutosti neb nelibosti, nadnášení se, chlubení se, násilné jednání, jsou naopak neklamnými známkami naprosté slabosti a mdloby. Muž skutečnou cenu mající, pracuje tiše, klidně, stejnoměrně, bez namáhání a napětí, bez nároků na uznání, ale výsledky jeho práce a výkonů mluví hlasitěji nežli slova.

Každý, kdo jiné hypnotisovati chce, musí sobě předsevzíti, že zůstane za všech okolností klidným, bez pohnutí. Plachost, rozčilení, stísněnost a podobné projevy slabosti, známy mu musí býti podle jména. On musí v přítomnosti jiného člověka býti tak klidný, jako by byl sám; žádná situace nesmí oloupiti ho o jeho rovnováhu a klid. Člověku neklidnému nepodaří se nikdy, aneb jen stěží někoho

---

*) Užívám tuto úmyslně slova ponořiti místo upadnouti ve spánek, poněvadž tento jest v tom případě dobrovolný.

hypnotisovati. Mimo to vliv takých lidí na subjekt jest nepříznivý, zejména pokud zdraví jeho se týče, neboť svými neobratnými pokusy zhoršují jeho zdravotní stav a nemajíce náležité hypnotické moci, dopouštějí se chyb, jimiž mohou subjekt poškoditi i vážně na zdraví!

VIII. HLAVA.

Není mezi námi člověka, který by neměl aspoň někdy nějakých snů. Svět, který ve snu vidíme, neliší se svým vnějškem a svou objektivností nijak od světa, v němž žijeme za svého bdění. Tento svět snů jest identický se světem astrálním. Co obyčejně vidíme v našich snech, není nic jiného, nežli zmatený, neurovnaný a zpitvořený reflex našich myšlenek za dne, představ a dojmů, neboť obyčejný člověk není pánem svých myšlenek a jeho astrální tělo jest v úplném područí oněch elementálů, které jsou nositeli jeho oblíbených ideí. Tak si vysvětlíme, že naše sny v mnohých případech ze zlomků denních událostí sestávají a nic jiného neobsahují. Člověk, jenž jistými myšlenkovými tvary jest zaujat, nemá samostatně bdělých smyslů ve světě astrálním, vyjímaje pouze hmat, a jest tudíž ku nezávislému pojímání na astrální rovině zcela neschopen. V předcházejícím bdělém stavu astrálním není schopen dále než do sféry své aury viděti a proto postřehuje a vidí jen výtvory její.

V naší astrální auře obrážejí se potud, pokud my své myšlenky neovládáme do té míry, abychom po libovolnou dobu setrvati mohli v bezmyšlenkovitosti, všecky naše představy a dojmy smyslové. Astrální látka aury jest jako vosk v rukách vůle, této úplně poddajná, t. j. poslušná. Působení vůle na auru, jakož i elementální obyvatele říše snů, jmenujeme imaginací, čili obrazotvorností.

Všecka vidění, halucinace, zjevy strašidel, druhých obličejů atd. jsou výplody obrazotvornosti, která za jistých okolností, neb následkem jistých příčin do toho stupně podrážděna byla, že astrální smysly člověka na okamžik probudí.

Všecky ty divy indických fakirů lze vysvětliti tím, že dotyčný operatér svou vůli zde vyloženým způsobem vypěstoval a tak schopným se stal svým se zatajeným dechem

jemu naslouchajícím divákům různé obrazy a domnělé výjevy v jich napjatou a jím vyvolanou obrazotvornost vkon-zliti. Lidé instinktivně ihned postřehují mocnou sílu vůle a zachovávají se k majiteli jejímu dle starého zvyku zcela poddajně, takže silnou vůlí vyzbrojenému indickému yogi-novi zhola není zatěžko obrazotvornost jeho posluchačů a diváků do té nejintensivnější činnosti vydrážditi. Jich astrální smysly se rázem probudí a oni pojímají jim vsuggerované obrazy své fantasie či aury jako skutečné.

Indický yogin hypnotisuje své obecenstvo bez jeho svolení i vědomí. Plni zvědavosti a často i pověrčivosti přihlížejí plaše jeho počínání. Toutou napjatou pozorností uvedou sami sebe v duševní styk s ním; tím samovolně zbaví vědomí své myšlenek a yogin má nyní snadnou práci, z nich všemožné illuse vyvolati. Okolnost, že obecenstvo sestává z mnoha osob, které na totéž myslí a totéž očekávají, vyvolává silný psychický proud, jenž produkujícímu se před nimi fakirovi práci jen usnadňuje.

Autor této knihy netvrdí, že by různé fysiologické umělecké kousky indických kejklířů všecky spočívaly na klamu smyslovém. On ví sám, do jakého až podivuhodného stupně člověk pomocí hatha yogy tělo a jeho funkce ovládati může. Ale všecky skoro zjevy, které fysickým zákonům přírody odporují, existují jen jako klamné obrazy v auře do vise uvedeného obecenstva, jehož obrazotvornost horečně pracuje.

Pravost fenomenálních výkonů indických fakirů popotvrzena jest četnými úředními, notářsky ověřenými protokoly, podepsanými na důkaz své pravdivosti předními aristokraty britskými, mnoha důstojníky armády anglické a učenci téhož národa, o čemž čtenář přesvědčiti se může.

Tak čteme v jedné z těchto zpráv, jak jistý fakir před shromážděným kol sebe publikem vyhodil do vzduchu klubko provazu. Klubko letělo vysoko až zmizelo divákům s očí v oblacích. Během svého letu se však rozvinovalo, takže konec jeho visel až k zemi, kdežto druhý zdánlivě v oblacích mizel. Nyní přikázal starý fakir svému učni, malému to ještě chlapci, aby vylezl po provazu nahoru. Chlapec uposlechl a vyšplhal se tak rychle a vysoko po něm vzhůru, že brzy ho nebylo více viděti. Na to poručil mu fakir přísně, aby

opět slezl, aniž by bylo jeho rozkazu, přes to, že jej několikráte opakoval, uposlechnuto. Tu rozlícen nad touto neposlušností, uchopil fakir velký nůž a počal před obecenstvem, rozrušeným v očekávání příštích věcí šplhati za chlapcem po provaze vzhůru. Brzy zmizel i on ve výši zrakům diváků. Po krátké přestávce za napjatého očekávání a hrobového ticha ozval se ve výšinách děsný výkřik a hned na to spadly zkrvácené údy těla, hlava a trup ubitého chlapce dolů. Obecenstvo bylo hrozným výjevem tím tak pobouřeno, že fakir zdánlivě o svůj život se obávaje, hleděl zločin svůj nějak napraviti. Rychle složil oddělené údy chlapcova těla dohromady, odříkávaje při tom několik veršů mantramu a dělal nad tělem rukou různé geometrické čáry a obrazce. Ihned se rozkouskovaná mrtvola zcelila a chlapec vyskočil vesele se směje ze země.

Tento kousek fakirské dovednosti, který od různých yoginů vícekráte proveden byl, byl dopodrobna popsán v protokole, jenž po pečlivé prohlídce podepsán četnými svědky z řad diváků produkci přítomných. Jak překvapeni byli potom všichni, když jim jistý americký žurnalista okázal fotografické snímky jednotlivých fásí celého tohoto kouzelného představení. Na všech těchto podobiznách bylo lze spatřiti fakira i jeho učně klidně a nepohnutě se usmívající na svých rohožích.

Z tohoto bylo zřejmo, že fakir po celé trvání své produkce se svého místa se ani nehnul a že ve skutečnosti hypnotisovanému svému obecenstvu jednotlivé fáse děje toho vypravoval, a že toto vše pouze ve své roznícené obrazotvornosti jako ve skutečnosti se odehrávati vidělo.

Na mrtvou fotografickou desku ovšem magické umění fakirovo vlivu žádného míti nemohlo. Pro výkon fakirův jest jen jedno vysvětlení možné, a to: Indický yogin psychologisuje či hypnotisuje své diváky (vlastně spíše posluchače), uváděje jich ducha do takového stavu, že tito ve své obrazotvornosti vidí to, co on chce.

IX. HLAVA.

V této kapitole hodlám pojednati o některých důležitějších methodách hypnotisérských, kterých užívají hlavně

hypnotiséři doby přítomné. Všem těmto methodám společné jest, že hypnotisér musí míti k provádění svých pokusů svolení subjektu. Subjekt tedy ví předem, že s ním bude prováděn psychologický pokus s jistými výsledky, kterých se spojenými silami hypnotiserovými a jeho subjektu v mnohých případech skutečně dosáhnouti podaří.

V několika případech hypnotista provázen jest takovým zdarem, že se mu podaří přivésti svůj subjekt do stavu strnulosti, za něhož může s ním prováděti pokusy, které jsou s to uvésti každého v úžas.

Co se mé osoby týče, jsem odpůrcem tohoto uvádění subjektu do stavu ztrnulosti a to z těchto důvodů:

1. Znamená toto nejvyšší stadium hypnosy takový výron životní síly, že subjekt tím na svém zdraví povážlivě ohrožen jest. Následky toho nejsou sice z počátku nebo ihned tak zřejmy, ale pomalu postupem času tak se vyvíjejí, že pak skutečně jsou znatelně patrny.

2. Panuje, pokud jde o tyto případy krajní transe, ještě i v kruzích lékařských značná nevědomost, takže jest skoro zázrakem, má-li subjekt z experimentu takového více užitku než škody.

Třetího důvodu na tomto místě neuvádím. Čtenář najde jej v 11. kapitole této knihy.

Spisovatel činí velký rozdíl mezi lehkou hypnosou a vysokou transí, čili somnambulismem. Lehkou hypnosou rozumí týž stadium, v němž subjekt svou iniciativu úplně zachovává. Subjekt ocitá se tu jen ve stavu větší vnímavosti oproti svému hypnotiséru, takže obrazotvornost subjektu návrhy neb rozkazy hypnotisty ihned v okruhu působnosti, totiž v auře a sympatií této na lidský organismus zpět působíc, ve skutek proměňuje. O slepé poslušnosti subjektu oproti operatéru není při tom ani řeči. Jen ony suggesce hypnotisérovy dojdou tu uskutečnění, které smyslu pro užitečnost vkusu, povaze, mravnímu cítění a přáním subjektu odpovídají a vyhovují. Jiné suggesce vzbudí v nejhorším případě v něm jenom rozechvění a zmatek, jež však bezúčinnými zůstanou. Ve většině případech takového zneužití má to však za následek ztrátu důvěry se strany subjektu k hypnotiséru, jakož i ztrátu vlivu tohoto na subjekt pro všecky časy.

Tento psychologický stav, jak hodlám právě naznačený lehčí, či nižší stupeň hypnosy nazývati, velice doporučuji všem. On zasluhuje mocně do myšlenkového světa subjektu, osvobozuje jej od škodlivých myšlenek i všelikých zlozvyků, jež jen škodu a neštěstí mu přinášejí, za to naopak uvede ho ve spojení s myšlenkami dobrými a užitečnými, které mu v příštím životě jen ku prospěchu býti mohou. Rozumí se, že tomu tak jest jen tehdáž, dostane-li se subjekt do rukou způsobilého a svědomitého suggestora.

Snadnou a zdar zabezpečující methodou hypnotickou jest hypnotisování stiskem ruky, žel nyní nezaslouženě opuštěnou a do zapomenutí upadající. Ku značné proslulosti jí dopomohl svého času americký lékař Dr. Bovee Dodds. Já jsem ji často užíval k uvádění do psychologického stavu, a to vždy s úspěchem.

Ať jest již operatér sám se subjektem aneb před značně velkým shromážděním, daří se hypnosa tímto způsobem skoro vždy. Provádí se takto:

Hypnotista uchopí subjekt za ruku a položí svůj palec (bříškem)asi 3 cm nad kloubem středního prstu (prstenníku), tedy mezi kotník a zápěstí, ale nikoliv na vnitřní, nýbrž na vnější straně (hřbetní) ruky subjektu. V tom případě spočívá palec na nervu ulnaris, který rozvětvuje se do prstu středního a malíčku. U začátečníka vyžaduje to nějakého času, než správnou polohu palce nalézti se naučí.

Na to vyzve operatér subjekt, aby mu pohlížel do očí; sám pak, aniž by při tom víčky pohnul, upřeně se mu do očí zadívá a as po půl minutě káže subjektu oči zavříti, načež přitiskne palcem volné ruky lehce víčka zavřených očí a položí pak volnou ruku na hlavu subjektu tak, aby palec jeho spočíval na čele něco málo nad kořenem nosu. Palec druhé ruky stále musí spočívati při tom na nervu ulnaris. V tom okamžení můžeme již počíti se suggerováním, neboť subjekt nachází se již ve stavu oné psychické vnímavosti, ve které v něm možno jest vyvolati různé pocity, a když s ním experimentováno již bylo, častěji i různé illuse a vidění. Ku suggesci stačí, promluví-li se k němu úplně klidným, něžným a bezdůrazným hlasem, kterýmž, buď tážeme se ho, necítí-li, neb nevidí-li to či ono, aneb prohlásíme k němu přímo, že teď vidí, slyší, čichá neb chutná to, či

ono. Třeba dbáti při tom stále pozorně na to, aby palec levé ruky tlačil na nervus ulnaris levé ruky subjektu.

Dle druhé methody Dra Doddse posadí se operatér proti svému subjektu, ale na stolici o něco vyšší, aby seděl výše než tento a uchopí subjekt za obě ruce tak, aby obě dlaně jeho nahoru byly obráceny. Nyní přitlačí oba palce (bříškem) do prostřed dlaně blíže palce subjektu. Ostatní prsty objímají jeho ruce. Každým palcem operatéra vykonává se tlak tentokráte na nervus medianus, jenž ještě silnější účinek vyvolává než tlak na nervus ulnaris. Po té nachýlí se operatér něco ku předu a upře zrak vážně, klidně, jistě a nepohnutě na kořen nosu subjektu, načež začne po chvilce s jednoduchými suggescemi a tím uvede subjekt snadno do psychologického stavu.

Rozumí se samo sebou, že jak u těchto, tak i u method níže uvedených, nezbytně jest třeba, aby hypnotisující operatér byl úplně klidný, dále, aby požíval naprosté důvěry a vážnosti subjektu — a aby suggence nic neobsahovaly, co by mu odporovalo. Není-li těchto podmínek, aneb vzpírá-li se dokonce subjekt hypnotistovi silou své vůle, pak jest velmi nesnadno, ne-li dokonce úplně nemožno v hypnotický neb psychologický stav jej uvésti.

Pařížská škola hypnotismu užívá methody prof. dra. Charcota, podle Dra Jamesa Braida, který ji vlastně první zavedl, též „braidism"" zvaná. Touto methodou vyvolává se hluboký spánek, a třeba tudíž na ni pohlížeti jako na škodlivou zdraví subjektu. Zmiňuji se o ni jen proto, poněvadž ji mnozí moji přátelé vyzkoušeli jako dobrý prostředek ku spaní a ji k tomu účelu jako zvlášť účinnou doporučují. Pařížská methoda záleží jednoduše v tom, že se subjekt, neb člověk sama sebe hypnotisující, upřeně a neodvratně na nějaký lesklý předmět v úrovni jeho očí umístěný, zadívá. Tímto upřeným hleděním vyvolá se ospalost a únava tak veliká, že člověk za několik minut usne.

Nancyjská škola hypnotická pracuje jen suggescemi. Tato methoda vyžaduje, jako všecky ostatní, úplnou povolnost subjektu, bez jehož svolení a souhlasu hypnose podrobiti se nelze. Hypnotisér po způsobu nancyjském pracující, posadí se před stojící subjekt neb medium, které upřeně na něho hleděti musí, a mluví k němu pevným hlasem.

jako by o všem, co mu povídá, byl přesvědčen, že subjekt vidí, slyší neb cítí to či ono, že se jeho zdravotní stav lepší, některá choroba začíná ztráceti atd., atd. Čím silnější jest vůle operaterova, čím klidnější jest, a čím sebevědoměji si při tom počíná a čím větší důvěry subjektu požívá, tím účinnější jest jeho vliv na subjekt a tím více suggesce na něho působí a se realisují, byť i subjekt z počátku byl si toho vědomí, že to, co mu hypnotisér říká, není pravdou, ale že se to následkem v činnost uvedené jeho obrazotvornosti skutečností teprve stane. Také touto methodou lze u subjektu vyvolati spánek tím, že se mu přikáže, aby usnul.

Kdyby se stalo, že přes opětované pokusy dle této (nancyjské) methody výsledku dodělati se nebylo možno, pak jest tím vinna velká intelektuelní lhostejnost subjektu. V tom případě ku jeho obměkčení lze zkusiti většinou s úspěchem tohoto prostředku:

Operatér počítá pomalu a klidně a jemným hlasem: 1, 2, 3, 4, 5, atd., s přikázáním subjektu, aby jakmile on jedno číslo vysloví, vždy oči zavřel a při vyslovení čísla následujícího je vždy opět otevřel, čili jinými slovy řečeno, při vyslovení čísel lichých oči zavíral a při vyslovení sudých otevíral. V tomto střídavém zavírání a opět otevírání očí nechá operatér tak dlouho subjekt pokračovati, až seznná, že u něho nastal příznivý okamžik ku vnímání jeho suggescí. Na tento způsob lze již osoby psychologisovati a pro suggesci vnímavými učiniti. Zároveň doporučuji čtenářům methodu tu na sobě samých vyzkoušeti; jestiť osvědčeným prostředkem uspávacím.

Velký počet nezdarů při hypnotisování zaviněn bývá tím, že subjekt stojí v příliš intimním poměru přátelském k operatéru, aneb že jest tento mnohem mladší, než onen, nebo též méně zámožný, méně vzdělaný, méně vážený, anebo že sám k subjektu má příliš velký respekt. Pro hypnotiséra, majícího vypěstěnu neobyčejně silnou vůli, daleko předčící vůli subjektu, tyto okolnosti však nejsou žádnou překážkou. Nesmělý začátečník v hypnotisování, jenž nemá ještě dost důvěry v sebe, však naráží na ně stále a měl by tudíž dříve, aby nabyl zkušeností, cvičiti se nejprve jen na osobách cizích, mladších, méně vzdělaných a nižšího postavení společenského než on, poněvadž jinak vydává

se následkem nezdarů v nebezpečí pozbýti důvěry nejen jiných lidí, nýbrž i v sama sebe. Obzvláště náklonní ku psychologisování jsou lidé, kteří po dlouhý čas zastávali nějaké místo závislé, nebo žijí v poměrech stísněných. Také osoby, přísnými rodiči vychované, jsou hypnose snadno přístupny.

Mnozí hypnotisté usnadňují si práci značně tím, že své subjekty před vlastním seděním hypnotickým pro své experimenty pomocí různých triků vnímavějšími učiniti se snaží.

Tak na příklad se hypnotista náhle svého subjektu otáže, zda by nechtěl viděti svůj vlastní mozek.

Většinou tázaný přisvědčí s úsměvem, načež hypnotisér, nechav zatemniti světnici, rozsvítí docela mdle svítící svíčku a podá ji subjektu se slovy:

„Nyní podržte tu svíci před očima v jich úrovni! — Oddalte ji poněkud od očí! — Nyní obraťte oči vzhůru! Ponechte je nehybně vzhůru obrácené a pohybujte svící v rovné linii sem a tam! Nevidíte nyní před sebou síť žil a tepen a závity mozkové? Vznáší se ve vzduchu zrovna před vašima očima. Musíte jej vidět! Není-liž pravda, že jej vidíte?“

Skutečně lze za takových okolností dosti jasně spatřiti takový fysiologický obraz, který v kruzích lékařských jako tak zvaný „Purkyňův stín“ znám jest a ničím jiným, než odraženým obrazem sítnice oční, není. O tom subjektu ovšem ničeho známo není, a proto ve viděném obraze musí skutečně viděti svůj mozek a myslí, že jest již hypnotisován a jest ku hypnose skutečně způsobilejší.

X. HLAVA.

Kdežto v zemích západních od hypnotiséra skoro žádného psychologického vzdělání krom něco mála znalosti se nevyžaduje, kladou se v Indii velké nároky na výchovu adeptů hypnosy.

Začátečník tam musí čtyřikrát denně provésti cvičení vždy po dvaceti kambakách a to při východu slunce, v poledne, při západu slunce a o půlnoci. Kambakou zove se zadržení dechu.

Žák má v ten čas pravou dirku nosní palcem zacpati a levou dirkou hluboce vdechnouti. Vzduch musí vniknouti při tom co nejhlouběji do plic, až se následkem toho život pozdvihne. Pak zadrží vdechnutý vzduch na okamžik a potom levou nosní dirkou vypustí ven. Nové vdechnutí provede se však tentokráte levou chřípí. Vdechnutí děje se vůbec vždy touže dirkou nosní, kterouž bylo vydechnuto, tedy děje se toto vdechování a vydechování střídavě, jednou pravou, podruhé levou chřípí. Jedno vdechnutí, pak zadržení vzduchu v plících na okamžik a vydechnutí jeho nazývá se dýchacím cyklem či kambakou — ač kambaka v užším toho slova smyslu značí vlastně jen ono zadržení vdechnutého vzduchu v plících. Každý z těchto tří oddílů jedné kambaky trvati má 7 vteřin. Kromě toho se má dbáti pečlivě na to, aby při zadržování vdechnutého vzduchu hlava vždy skloněna byla, což děje se z opatrnosti, aby tím nabraný proud energie životní (prana) nezachvátil mozek a uši. Tato pečlivě prováděná cvičení nazývají yoginové indičtí „pranayama", což značí asi tolik, co regulace dýchání.

Pranayama čistí tělo od všelikých škodlivých látek, podporuje příznivě odchod tělesných výparů, dodává jemnosti pokožce, dobré chuti, posiluje mysl, odvahu, nadšení, sílí tělo, a především jiným rozmnožuje osobní magnetism, dodávajíc osobě pranaymu cvičící čistý, jasný, zvučný, sympatický, vemlouvající a působivý hlas. Tyto účinky bývají tím znatelnější, čím žák jest vlídnější, lépe vychován, způsobnější a ochotnější.

Západní lékaři, kteří yogu vyzkoušeti chtěli, zavrhli velkou část nauk „hatha yogy" (vědy dýchací) jako mylné, nesmyslné a pověrečné; obzvláště však předpisy, týkající se dýchání jen jedním otvorem nosním, prohlásili za pošetilé a jim se vysmáli. Tak možno se dočísti v jich „kritisujících" spisech a yoze, v nichž mimo jiné dokázati se snaží, že obsah této literatury o yoze není s tajnou vědou indické yogy totožný, že oba nosní otvory do hrtanové dutiny ústí a že, dříve než oba vdechnuté proudy vzdušné do plic vniknou, dávno se v hlavní průdušnici spojí (smísí), takže vlastně mezi tak zvaným „ida" proudem z levého otvoru nosního a mezi t. zv. „pingala" prou-

dem z pravého nosního otvoru, alespoň pokud účinku v plících se týče, žádného rozdílu činěno býti nemůže.

Oproti této námitce tvrdím, že oba ony vdechované proudy podstatně skutečně od sebe se liší, a je tudíž přesně od sebe rozeznávati třeba, an každý z nich vždy jen jedné polovině (křídlu) plic odpovídá. Každý čtenář sám na sobě pozorovati může, že skoro vždy vdechování jedním z obou otvorů nosních snadnější jest, než otvorem druhým. Jeden z nich totiž vždy bývá ucpán. A sice střídají se oba otvory nosní v tomto ucpání jednoho z nich s jistou, tu menší, tu větší pravidelností, a právě tento, zajisté ne bezvýznamný zjev, zákony yogy regulují či upravují. Dejme tomu, že hlavní proud prany (vdechu) prochází levým nosním otvorem a tu shledáte, když si někam na levou stranu lehnete, že hlavní proud ihned změní cestu a že od té chvíle procházeti bude otvorem pravým. Zácpa tohoto najednou zmizí, neboť tím, že jste si lehli na levou stranu, stavena jest vdechovému proudu „ida" překážka následkem stísnění levé poloviny plic a proto „pingala", t. j. vdechování pravým otvorem nosním se svojí plící nastoupí na jeho místo.

Druhý stupeň výchovy indického yogina či hypnotiséra indického záleží v naprosté zdrženlivosti od potravy masité, alkoholických nápojů jakéhokoliv druhu a požitku tabáku v jakémkoliv způsobu. Z nápojů ku hašení žízně dovoleno mu užívati jen pramenité vody. K této přísné dietě žádný příslušník západní civilisace zvyklý od mládí jinému způsobu života nemůže a nesmí přejíti náhle, ježto takový náhlý přechod mohl by míti pro jeho zdraví povážlivé následky. Třeba tedy, aby si navykl nejprve vše jísti nekořeněné a píti jen vodu. Kromě toho nechť zmenšuje pozvolna počet denně vykouřených doutníků nebo cigaret, množství či dávku tabáku ke kouření, šňupání neb ku žvýkání. Také masité stravě nechť jen pomalu odvyká, umenšuje pozvolna počet dnů se stravou masitou v týdnu. Tak na příklad nechť po dva měsíce požívá masa jen 5 dní, po tři měsíce 4 dni atd. Ideální dieta yoginů indických, kterouž všici mistři yogy přísně zachovávají, sestává výhradně z ořechů, jahod, a ovoce. Nikdo však bez újmy na zdraví nemůže přejíti náhle k této dietě.

Rozumí se, že pro žádného yogina nestává závazné povinnosti neb donucení tuto dietu přesně zachovávati. Ti, kdož z nich tak činí, činí to dobrovolně, pokládajíce ji za pouhé pravidlo a vše ostatní za výjimku.

Pro příslušníka západního světa jest zachovávání této diety indických yoginů nemožné. Musí se tedy obmeziti jen na odřeknutí požívání jídel kořeněných, uvyknutí stravě převážně rostlinné, odvykání si požitku tabáku a obmezení po případě úplné zřeknutí se požitku alkoholu.

Dieta yoginů má hlavně za účel obmeziti mimovolné vyměšování z údů pohlavních a žákovi umožniti zabrániti všem látkovým ztrátám v tom směru stupňováním síly své vůle. Zachování sexuálních sil, které jinak tělu mimovolnou cestou unikají, má za následek jich blahodárnou reabsorbci tělesným organismem. Tato reabsorbce způsobuje během krátké doby prostřednictvím málo známých činitelů zvýšení paměti, zlepšení letory a rapidní rozvoj myšlenkové mohutnosti. Kromě toho probouzí tato neustálá reabsorbce během určité doby s naprostou jistotou veškeré astrální smysly a dopomáhá adeptu ku probuzení sebe co samostatné a vědomé individuality v astrálním světě. Reabsorbce pohlavní energie jest nejjednodušší a nejjistější methodou i prostředkem pro všechny snaživce, kteří sílu své vůle vypěstiti, okkultní síly získati a v astrální svět s vědomím vstoupiti chtějí. Než upozorniti musím, že methoda ta není tak jednoduchá, jak tu jest naznačena. Aby všem obtížím, vyskytujícím se k dosažení výše uvedeného cíle čtenář čeliti mohl, odkazuji jej na příslušnou literaturu, a to při příležitosti této zvláště na publikace esoterického bratrstva „Esoteric Fraternity“ v Kalifornii, kteráž nepřetržitě, počínaje léty 80. minulého století angloamerickou veřejnost cennými okkultními spisy a časopisy pravidelně opatřuje. V první řadě z děl a spisů těchto zasluhuje zmínky levná a velmi cenná brožurka: „Practical methods to Insure Success“. (Praktické methody k dosažení úspěchu), neboť podává čtenáři úplné a spolehlivé poučení o výše naznačeném thematu. Vzhledem k tomu, že byla rozšířena ve více statisících exemplářích, náleží mezi nejčetnější návody toho druhu. Autorem této doporučeníhodné knížky, kteráž i u nás hojného rozšíření by dojíti měla a kteráž ač 130 stran

čítá, pouze 25 centů*) stojí, jest profesor Hiram E. Butler, zakladatel esoterického hnutí v Americe, jeden z nejproslulejších učenců, spisovatelů a redaktorů této země.

Třetí stupeň výchovy indického hypnotiséra záleží ve stálém cviku a snažení se na dosažení úplné nadvlády nad elementály či myšlenkovými formami. Třeba s vytrvalostí naprosto neúnavnou snažiti se o dosažení absolutní moci nad veškerými hnutími mysle tak, abychom za všech okolností zůstali všech vášní prostými a v každém okamžiku podle své vůle a libosti různá hnutí a dojmy bez namáhání a se zdarem v sobě vyvolati mohli. Obšírněji o tomto thematu pojednáno bylo již v předcházejících kapitolách.

Žák, jenž až k tomuto stupni dokonalosti dospěl, musí nyní i své tvůrčí a výtvorné síly vlastní obrazotvornosti cvičiti a vychovávati. Toho dosáhne, nejsnáze, zabývati-li se bude pracemi malířskými; kreslením, malbou, formováním atd. Předcházející cvičení rozvila skvěle jeho rozumové síly, jakož i sílu paměti. Malířství a sochařství rozvinou síly jeho obrazotvornosti.

Předpokládám stále, že „čela“ (žák) jest dobře vychován, že jest laskavý, vlídný, ušlechtilý, úslužný, neboť bez těchto vlastností jest nemožno někomu v oboru psychickém příznivých výsledků se dodělati. Obrozotvornost vyvolává totiž plastické obrazy v astrální auře člověka. Každý z takých astrálních obrazů přinutí ku práci elementály, které podle vzoru obrazu jeho uskutečnění začíti a provésti se pokoušejí. Čím zřetelnější jest astrální obraz a čím živěji před duševním okem člověka se jeví, tím silnější jsou psychické, od vůle dodané energie, které prostřednictvím obrazu onoho příslušnému elementálu s oním obrazem dle okkultních zákonů ve spojení stojícímu plynou.

Důkaz pro toto tvrzení podává ta skutečnost, že jakmile člověk svou pozornost po delší dobu na nějakou představu koncentruje, ihned citelné přání tuto představu neb myšlenku uskutečniti astrálním hmatem neboli vnitřním citem pociťuje. Nuže, a čím jiným jest přání než nutkáním, jímž na nás působí elementál, který přemírou pozornosti s naší strany do jistého stupně nad námi moci

*) Vyjde u nás v nejbližší době.

nabyl? Naše představy stanou se hmotnou skutečností tím dříve, čím více se snažíme na řečené obrazy několik hodin zapomenouti a pak je opět do své paměti přivolati. Čím zřetelněji a podrobněji jevil se nám obraz v naší obrazotvornosti, tím kratší doby potřebuje ku svému zhmotnění. Ať již jako esoterikové své myšlenkové obrazy dovedeme ze svého vědomí na libovolnou dobu vyhostiti, aneb jako příslušníci profanního světa stále se s nimi v mysli hýčkáme a tím jich zhmotnění jen překážky klademe a zdržujeme, zůstává přece jich ethická kvalita (hodnota) v obou případech stejně důležitá. Myšlenky nepůsobí jenom na venek, nýbrž i zvrátně a stávají se neodvratně škodlivými i jich vysílateli, zamýšlí-li jimi působiti zlo jiným, neboť podrývají jeho zdraví, rozrušují jeho organism, zkracují život a jeho vědomí neštěstím naplňují.

Z této příčiny kladu největší důraz především na zušlechtění povahy žákovy. Jsem nezvratně přesvědčen o tom, že tak, jak člověk myslí, se též jeho osud utváří. Veškeré neštěstí, které ve světě se přihází, má původ a příčinu svou v nesprávném myšlení. Vyvinutá obrazotvornost zvyšuje moc myšlenek. Proto každý dříve než počne na rozvití své obrazotvornosti pracovati, měl by pečlivě postarati se o povahu svých myšlenek tím, že všecky zlé myšlenky ze sebe navždy vypuditi se vynasnaží.*)

XI. HLAVA.

Mnozí lidé stěžují si, že podléhají příliš snadno cizím vlivům. Jich mozek (správněji však řečeno, jich astrální organism) reaguje tak snadno na vnější vlivy, že i ty nejmenší události a příhody vyvolávají u nich největší rozechvění a rozrušení. Co rovnováhy jiných ani v nejmenším neporušuje, to olupuje je na celé hodiny o duševní klid. Přirozeným následkem takového stavu bývá, že člověk takový jest již po nepatrné práci unaven, síly jeho vyčerpány,

*) Vairagyananda líčí zde na více stranách přednosti Karma Yogy. Protože tato a ještě jiné nauky Yógů popsány jsou podrobně v námi vydané knize „Moc a půvab osobního magnetismu", odkazujeme čtenáře tam.

aniž by pro bdělost neunaveného svého vědomí ve spánku zotavení svých sil nacházel.

Autor této knihy, který poměry v západních zemích panující dobře zná, an sám více let v Americe ztrávil, potvrzuje, že takové případy tam velmi často se přiházejí a obzvláště ve velkých městech stále a stále častějšími se stávají, takže nyní velké procento obyvatelstva tamnějšího tím trpí. Stav onen nazývají tam nervosou.

Tato nervosa či porucha čivů jest přirozeným následkem civilisace. Vzdělání, duševní práce, rostlinná strava, humanita, rozvíjejí astrální organismus, jehož postřehovací schopnost tím jemnější se stává. Proto veškerá hnutí elementárních myšlenkových sil tím spíše a úplněji vnímá. S pokrokem kultury nejde však, bohužel, pěstění činnosti a síly vůle ruku v ruce. Následkem toho tam síla astrální vůle, která záleží jen ve schopnosti naše vědomí násilně od nějaké představy po takřka jen vteřinovém jejím uvážení a pozorování osvoboditi, není vůbec zvyklá, ani schopna fungovati. Z té příčiny značí civilisace bez současného pěstění síly vůle vlastně zvrhnutí či degeneraci, znemravnění a omezenost. Místo toho rozmnožuje se přes míru moc automatických myšlenkových forem, které, aby okamžitým účelům sloužily, do vibrace (chvění) uvedeny byly a pod jho této moci lidé neznajíce jiného východu ochotně sklánějí svou šíji.

Své velké sympatie k okkultním školám americké „Nové Myšlenky“ (New Thought) a „Myšlenkové vědy“ (Mental Science), jimž obratné vedení a veliká znalost jich vůdců miliony přívrženců po celém světě získala, přičítám tomu, že tito „novomyšlenkáři“ prohlašují a ukládají svým žákům vypěstění silné vůle za nejnutnější potřebu a nejdůležitější podmínku úspěchu v denním životě jak soukromém tak i veřejném, své žáky o daleko působící a téměř všemožné síle myšlenek poučují a je k uplatnění vlastní individuality působivými suggescemi povzbuzují, sami silným, mužným a úspěšným příkladem jim předcházejíce.

Veřejnost instinktivně vystihuje nezbytnou potřebu vypěstění silné vůle, a protož všecky vzdělané kruhy hrnou se davem k průkopníkům „Nové Myšlenky“ a „Esoterické

myšlenky", kdežto instituce,*) jiné směry pěstující a při tom domnělé zušlechtění lidstva výše než silnou vůlí kladoucí, jsou téměř opuštěny.

Kdo z milých čtenářů této knihy zvýšenou dráždivostí čivů, či nervosou trpíš, sáhni co možno brzy ku ovládání mysle, to jest k umění zapomínati, jakožto k jedinému bezpečnému prostředku, kterýž ti k službám stojí, aby ses zla toho zbavil. Také hatha yoga (čili dříve popsané cvičení dýchání) tu pomáhá, ale jen v omezené míře.

Jen silná vůle poskytuje nejlepší ochranu proti cizím vlivům.**)

Jen člověk s vyvinutou silnou vůlí může sám sebe úspěšně hypnotisovati.

Hypnotism sama sebe (autohypnotismus) záleží v tom, že člověk hypnotisovati se mínící obrátí celé své vědomí po delší dobu, aniž by svou pozornost i jen na několik okamžiků (vteřin) od toho odvrátil, výhradně na jedinou myšlenkovou formu. Mentální idea musí plasticky před jeho zraky státi. On musí, abych tak řekl, do jakéhosi snu za dne upadnouti, kterýž zrovna tak živý, věrný a objektivní musí býti, jako silný sen v noci sněný. Tak stane se představa, s níž vždy jeden elementál magneticky spojen jest, fixní (utkvělou) ideou, kterou však člověk silou své vůle kdykoliv se mu zlíbí, může opět z mysle vypuditi.

Případy sebehypnosy, většinou bezděčné, jsou v životě častější, nežli se myslí. Všecky utkvělé myšlenky, monomanie, „koníčky" a mnohé choroby duševní nejsou ničím jiným než výsledkem trvalého soustředění myšlenek na jedny a tytéž pošetilé idee. Nesmírně smutné výsledky má tu na svědomí nevědomost lidská.

Všechny fixní idee působí škodlivě, dopřeje-li se jim, aby člověka absolutně ovládly. Kdo však trpí jich nadvládu jen krátký čas, t. j. jen potud, pokud jich potřebuje k užitečným účelům, a hned se jich zase zhostí, může z nich veliký prospěch i výhody míti.

---

*) Vairágyananda naráží v následujících, zde však vynechaných kapitolách, na t. zv. „Indickou theosofii", kterou klade k „jiným" směrům.

**) Srovnej kapitolu „Zlý pohled" v našem II. svazku knihovny Sfingy: Moc a půvab osobního magnetismu, díl první.

Kdo sobě takové idee, jako na př. „Jsem zdráv," „Jsem silný", „Mně se vše dařiti musí," „Blížím se rychle k svému uzdravení," „Můj obchod stále vzrůstá" atp. ve své mysli po dvě hodiny neb aspoň hodinu utkvěle podržeti dovede a je sobě ve způsobě sice změněné, ale totéž vypovídající, jenže ve formě ještě úsilnější živě představovati dovede, může býti si jist účinků přímo obdivuhodných. Všeliké ty mimořádné velkolepé úspěchy různých lidí přičtěny mohou býti účinkům zdařile provedené sebehypnosy. Neznám žádné choroby, která by mohla odolati síle myšlenek a žádný plán, který by nebylo lze touže silou ve skutečnost uvésti. Mnozí slavní lékaři uznali léčivou sílu myšlenek a založili na tomto základě osvědčený již system léčebný, nazvaný psychotherapie.

Většina těch různých orientálních řádů dervišských, zejména z tajemné sekty marokkanské Aissauů, z nichž rekrutují se hlavně „indičtí" fakiři produkující se v cirkusech nebo podobných zábavných podnicích velkých měst západních, jsou specialisty v sebehypnose. Tancující derviši uvádějí se do psychologického stavu tím, že nesčíslněkráte otáčí se kolem své osy a v něm pak jednoduché suggesce silou své obrazotvornosti uskutečňují. Jmenovaní Aissauové, sedíce po celé hodiny nehybně, opakují po sobě několiktisíckrát jednu a tutéž větu obsahující nějaké jich přání při čemž upřeně před sebe hledíce představují si živě a plasticky předmět neb obsah věty. Příslušníci této sekty vyjádřili se k jednomu francouzskému novináři, který je interwievoval, že stačí sobě jen nějakou osobu živě v duchu si představiti, její podobu v mysli podržeti a její jméno pět tisíckráte s vyzváním, aby se dostavila, vysloviti, a tato osoba, zdržuje-li se v místě neb na blízku, prý skutečně se dostaví, ne-li, pak že bude aspoň tu dobu na přivolávající ji osobu mysliti a pociťovati toužebné přání ji spatřiti a s ní mluviti. Lidé s obzvláště vyvinutou obrazotvorností potřebují k tomu mnohem kratší doby a šejkům této sekty stačí prý v duchu vysloviti jen několikráte podobný rozkaz, aby došel uposlechnutí.

Vlastní zkušenost a příklad mnohých yoginů i okkultistů mně potvrzují, že tato tvrzení Aissauů nejsou jen tak na plano do vzduchu mluvena. I mnohým čtenářům zá

padního světa budou známy četné případy analogické; stačí jen ukázati ku př. na léčení sympatií. V dálku působící síla myšlenek jest tak prokázanou skutečností, že na základě jejím povstávají různá učení i víry ve všech končinách světa, kde vůbec lidé existují.

Co jsem tu o sebehypnotismu vypravoval, zdá se odporovati tomu, co jsem v předešlých kapitolách pravil, než jest tomu tak jen zdánlivě. Řekl jsem dříve, že nutno na jistou myšlenku zapomenouti a tím ji k vykonání práce poslati, kdežto nyní mluvím o neustálém jejím opětování. Toto opětování myšlenky samozřejmě není nic jiného, než její posílení, neboť když na ni pak po jejím sto neb tisíceronásobném mluveném zopakování náhle zapomeneme, pak jsme ji tím zrovna tak po práci poslali a to sto až tisíckráte silnější a výkonnější, než myšlenku vzniklou a na práci ihned poslanou.

Zrovna tak mocně, jako na venek, působí elementálové i uvnitř. Síla svalů, objem těla, ústroje smyslové, čivy (nervy), letora, vlohy, schopnosti, jsou, jak ostatně již několikráte řečeno bylo, pod úplnou vládou myšlenek.

Tak důležitým jeví se mi poznání podstaty myšlenek, že nikdy toho neopomíjím, kdykoliv o tomto thematu mluviti jsem nucen, opakovati čas od času všecky věty, které obzvláště důležitými se mi zdají, aby co nejvíce vtiskly se v paměť žáka — a tak také čtenář této knihy spolu s ní koupiti musel tuto moji vlastnost, čehož však zajisté litovati nebude, neboť opakování má tu výhodu nemalou, že čtenář po přečtení této knihy ví jasně, co jsem říci chtěl a na čem mi hlavně záleží, aby věděl. Na ten způsob není odkázán na různé výklady i dodatky. Jednám tak, byť i že to některému příliš citlivému estetickému kritiku nelíbilo.

Nestarám se také o žádný úsudek v tomto žití. Vůbec se mne ani nedotkne. Souhlasu těch, kteří mých návodů uposlechnou, jsem si jist a na haně zaujatých čtenářů mně nezáleží vůbec a také mě ani v nejmenším nezarmoutí, neboť úsudek jich žádné ceny nemá, poněvadž byl vynesen dřív, než návody mé byly vyzkoušeny.

Než v zájmu čtenářů prosím je důtklivě přece: Nekritisujte dříve, než jste zkusili. Pokládáte-li mě za podivína a člověka pověrečného, odvoláte jistě po provedených po-

kusech svůj úsudek a změníte jej v můj prospěch. Přeji si toužebně, abyste ve svém zájmu nastoupili cestu, v 10. kapit. naznačenou. Níže připojené vypravování úplně pravdivé události přiměje vás snad více než co jiného k rozhodnutí kladnému. Appelluje tím na váš smysl pro sensaci a zájem pro věci záhadné, nemám na mysli nic jiného, než vás jen povzbuditi.

Osoby úplně věrohodné podaly mi před několika léty tuto velezajímavou zprávu, čestným slovem zaručenou, jako pravdivou. Podávám ji tuto doslovně, bez komentáře, tak, jak mně sdělena byla. Ujišťuji vás, že vypravovaný případ úplně jest možný, byť i pro svou obtížnou proveditelnost nepravděpodobným se zdál, neboť není to případ ojedinělý. Provedení takového experimentu není pro okkultisty, kteří cestu mnou v kapitole 10. naznačenou nastoupili, věcí nepochopitelnou, neboť zjeveny jim byly zajisté věci podivuhodnější a nabyli zkušenosti a znalosti, jež zde blíže ani naznačiti odvážiti se nesmím.

Jistý anglický proslulý generál, jenž za indického povstání vynikající úlohu hrál, vypravoval, že byl očitým svědkem hypnotického experimentu, který dál se za jeho nejpřísnějšího dozoru a který indičtí hypnotiséři „suspensí života“ nazývají. Jmenovaný generál byl naprostým skeptikem v možnost čehosi podobného naprosto nevěřícím. Obzvláště nevěřil a popíral, že by možno bylo, aby lidská bytost na 30 dní učiněna býti mohla neživou, pohřbena a po těchto 30 dnech (doby zajisté dlouhé dosti, aby na rově tráva vyrostla), bez újmy na zdraví k životu opět probuzena. Jednoho dne několik anglických turistů navštívilo řečeného generála. Při zábavě, jak ani jinak býti nemohlo, rozmlouváno bylo o indických fakírech, yoginech a jich po celé zemi proslulé moci hypnotisérské. Někteří z nich byli zrovna tak nevěřící, jako generál, prohlašujíce obzvláště výše označený akt, t. j. onu „suspensi života“ za holý výmysl neb podvod. Jen menšina přítomných, kteří při cestování Indií měli příležitost lecos podivuhodného spatřiti, připouštěli alespoň částečně možnost toho. Aby vyhověl jednak přání svých přátel, jednak aby ukojil svou vlastní zvědavosti, generál pozval jednoho z nejproslulejších adeptů Indie k sobě a prosil ho, aby mu tajemství své moci vy-

světlil. Přivolaný Ind sice této žádosti vyhověti se zdráhal, ale prohlásil, že jest ochoten pokus ten před pány prakticky provésti. Ihned učiněny byly veškeré, pro experiment ten potřebné přípravy. Na rozkaz jenerálův zhotovena zvlášť k pokusu tomu upravená rakev a zároveň postavena přiměřeně velká kamenná hrobka. V označený den, dostavil se Ind v průvodu svého soudruha. Ind sňal s tohoto šat a zahalil ho do šatu úmrtního. Na to položil se tento do rakve a Ind krátkým výkonem dle své methody provedl pak hlavní akt celého experimentu, totiž onu suspensi života. Zalepiv za pronášení několika nesrozumitelných slov oči, ústa i uši voskem, potřel celé tělo domněle mrtvého olejem, přiložil a připevnil víko rakve, kterouž zapečetil královskou pečetí Anglie. To vše dálo se v přítomnosti mnoha osób, anglických to hostí. Po té odnesena rakev do naznačené hrobky, jejíž pevně uzavřená dvířka rovněž opatřena byla velkou pečetí. Pět vojínů britských konalo střídavě ve dne v noci u hrobky stráž, po celých třicet dnů. Po uběhnutí této lhůty dostavil se přesně v ustanovený čas Ind k jenerálu. U přítomnosti týchž hostí jenerálových a sboru 700 anglických důstojníků a vojáků sňata se dvířek hrobky pečeť, a rakev vynešena a otevřena. V rakvi ležel Ind zcela tak, jak se tam položil, zdánlivě úplně mrtev, nejevě nejmenší známky života.

Po otevření rakve přistoupil k ní Ind a dělaje na zdánlivě mrtvém těle v rakvi ležícího Inda pohyby rukou, jako by ho třel, kázal mu povstati. Po krátké chvíli tělo začalo sebou lehce poškubávati. Také na obličeji bylo znáti, jak sebou svaly pohnuly, známka to, že krev v těle opět obíhati začíná. Konečně, as po pětiminutovém pokračování v těchto manipulacích, Ind v rakvi ležící otevřel oči a posadil se ohlížeje se ospale okolo, jakoby z docela přirozeného spánku se probudil. Na otázku, zda něco cítil během spánku, odpovídal, že po celých 30 dnů o sobě ničeho nevěděl.

Zmínil jsem se v jedné z předešlých kapitol, že nespavost jest následek citlivější astrální vnímavosti. Chci v této knize tomuto utrpení, jímž tolik a tolik lidí trpí, věnovati několik slov dobré rady. Nechť navykne sobě každý, kdo jí trpí, jíti spat krátce po západu slunce, ale vstávati

s jeho východem. Od pravidla toho uchyl se každý nejvýše dvakrát v týdnu. Ubírajíce se na lůžko, uvědomte si jasně, že jdete sobě spánkem odpočinouti a nikoliv hlavou pracovati či přemýšleti, jak to opravdu mnozí civilisovaní lidé činí. Z té příčiny, jakmile ulehnete, nemyslete už vůbec na nic. Ležiti třeba na pravé straně a je žádoucno již při ulehnutí zaujmouti ihned tak pohodlnou polohu, aby nebylo třeba před usnutím více sebou pohnouti. Veškeré zmítání se sebou na lůžku zahání jen spánek, protož hleďte ležeti co nejvíce nehybně. Hlubokým dýcháním před spánkem odvedete krev z hlavy a to usnadní dostavení se spánku. Při ulehnutí zavřete ihned oči, otočivše při tom bulvy oční poněkud vzhůru. Kdo dle tohoto návodu se zachová, usne zajisté v několika minutách.

Jistý americký lékař, jenž trpěl velkou nespavostí, užíval zvláštního způsobu autosuggesce. Napsal totiž vždy večer fosforovým pisátkem na stěnu nad svým lůžkem slovo „Spi" a pak upřeně hleděl na světélkující v temnu nápis, až usnul.

Známý jistý Říman starého věku, jemuž již tehdáž známo bylo, že jakákoliv intensivnější práce hlavou spánek zapuzuje, zdržoval se dvě celé hodiny před spánkem vší práce duševní; nepsal, ba ani nečetl žádného dopisu.

Ještě lepší a účinnější než všechny tyto methody, jichž sledování mnohému čtenáři nebude vždy ani možné, jest suggesce spánku pomocí hypnosy cizí osobou, an ku autosuggesci, má-li tato skutečně účinna býti, třeba míti neobyčejně silně vypěstěnou vůli.

XII. HLAVA.

Jest jistý, velmi důležitý zákon psychologický, který zasluhuje, aby každý věnoval mu pozornost. Zákon ten chci nazývati „myšlenkovou absorbcí."

Všem mým čtenářům je známo, že každý národ ve stavy nebo kasty rozdělen jest. Příslušníci jedné kasty obcují důvěrně jen se sobě rovnými, také sňatky uzavírají jen mezi sebou, a uzavírají se vůbec před příslušníky ostatních stavů. Osoby vyšších stavů požívají větší úcty, vážnosti a

příslušníci kasty nižší očekávají a žádají totéž opět od příslušníků kasty nebo stavu nižšího, než jest jejich.

Toto kastovnictví a stavovství, jakož i z něho plynoucí vědomí stavovské povznešenosti i všecky ostatní důsledky byly a jsou stále ve všech kulturních zemích předmětem prudkých útoků a hnutí širokých vrstev, žádajících bouřlivě jejich odstranění. Rovnost jest jejich heslo.

Aby mohla býti oprávněnost takových snah a hnutí posouzena, po případě uznána, chceme dříve pátrati po tom, jaké to byly motivy či pohnutky, které lidstvo ku rozdělení v různé stavy či kasty přimělo. Já myslím, že to nebyly ani ješitnost, ani pýcha, hrdost, zatemnělost a j. p. Hlavní důvod a příčinu toho vidím v instinktivním poznání lidstva, že myšlenky a idee mají v sobě jakousi ovlivňující či nakažlivou sílu.

Není ve skutečnosti nic na člověku, co by nepůsobilo nějakým vlivem na jiné. Způsob myšlení, zvyky, názory, mínění, představy, schopnosti, vlohy, dary ducha, zdraví atd. vše to působí na druhé osoby nějakým ovlivňujícím způsobem.

Sledujte na př. pozorně zrakem nějakého po ulici ubírajícího se člověka. Jeho duševní podstata působí na vás sotva znatelným dojmem, ale působí přec. Elementály jeho rozechvívají elementály vaše.

Pozdravíte na ulici nějakého známého a aury vás obou vejdou tím ve styk. Stiskneme-li si navzájem ruce, styk čili kontakt ten stane se ještě těsnějším. Pohovoříte-li spolu, pocítíte již vzájemný vliv dosti zřejmě, třeba byste ho sobě ani úplně vědomi nebyli. Každý odvrací svým vlivem druhého od předmětů, jimiž do té doby pozornost jeho se zabývala, úplně. Ten, kdo má slovo, jest vlivu méně přístupen, než ten, kdo mu naslouchá.*)

Ještě větší měrou než vliv vašich přátel a známých působí na vás vliv vašich příbuzných; nejsilnější jest pak na vás vliv příslušníků vaší rodiny, t. j. osob, s nimiž bydlíte a jste ve stálém důvěrném styku.

---

*) **Proto lidé výřeční a mluvkové dodělávají se větších úspěchů než lidé nemluvní.**

Proti vlivům vašeho nejbližšího okolí, které ne vždy prospěšny bývají, nýbrž často pro mnohého velmi osudny byly a do neštěstí ho uvrhly, bojovati můžete jen silou své vůle. Nepříznivé poměry, překážky, skýtají výbornou příležitost ku jejímu rozvoji.

Každým způsobem jest pro vás výhodnější a pohodlnější, když nepříznivé poměry a okolí jednoduše opustíte a výhodnější si vyhledáte.

Zdržujte se v okolí veselém, nadějeplném a budete plni naděje a šťastně naladěni. Obcujte jen se šťastně se cítícími, silnými, zdravými, ostrovtipnými, praktickými, snaživými, pilnými a dobrými lidmi*) a stanete se takřka rukou obratem šťastnými, silnými, zdravými, ostrovtipnými, praktickými, snaživými, pilnými a dobrými.

Chcete-li státi se dokonalým účencem, musíte jen s dokonalými účenci obcovati. Chcete-li vykonati něco vynikajícího na poli filosofie, musíte se stýkati s filosofy. Chcete-li vyniknouti v oboru nějakého umění, musíte pohybovati se v kruzích proslulých umělců. Chcete-li státi se úspěšným obchodníkem, musíte se přidružiti k obchodníkům, kteří dosáhli úspěchů. Chcete-li dosáhnouti cíle nějakého, musíte vyhledati za své přátele lidi takové, kteří jej dosáhli. Schází-li vám nějaký předmět nebo věc a přejete-li si jej, neb ji míti, musíte jíti k těm, kteří to mají.

Neobcujte nikdy s lidmi, kteří mají tytéž nedostatky jako vy; tím byste byli na své cestě k postupu, pokroku neb k úspěchu zdrženi. Netušíte ani, jak mocnou úlohu hraje v životě člověka absorbce myšlenková. I průměrný člověk s méně vyvinutou silou vůle, může mnohého dosíci, aniž by svého pohodlí gymnastikou či cvičením vůle (Karma yoga) vzdáti se musel. Stačí úplně pro něho, aby přerušil styky se svými dosavadními, nevýhodnými pro něho přátely a vyhledal jiné kruhy, v nichž osoby se pohybují, které dosáhly ideálů, vámi domáhaných.

Čím intimnější navážete styky s takovými osobami, tím účinnější bude jich vliv na vás. Zcela nepatrný jest při pouhém pohledu na kteroukoliv osobu. Silnějším jest již

*) Srovnejte naše přísloví: „Pověz mi, s kým obcuješ a já ti povím, jaký jsi". Pozn. překl.

při rozmluvě s ní. Velmi značný při styku s osobou velmi známou; mocný, máte-li co činiti se svým přítelem; velmi účinný, jde-li o styk mezi osobami zvlášť milovanými. Vzájemný vliv způsobí přímo rozvrat ve vnitřním životě dvou lidí, kteří spolu žijí a bydlí.

Čas, který tento vzájemný duševní převrat vyžaduje, nelze ovšem určiti. Na žádný způsob nelze očekávati, že by nastal již během jednoho neb dvou dnů ;ale tolik jest jisto, že lze zkrátiti dobu tu na dvě neb dokonce i hodinu jedinou, psychologisuje-li totiž jedna osoba osobu druhou, neb dokonce, uvede-li se v transi. Při žádné jiné příležitosti neuplatní se vzájemný vliv myšlení, cítění a jednání tak mocně, jako při hypnotických experimentech.

Proto pokročilí yoginové indičtí i za velký plat se velmi neradi se svým uměním před větším obecenstvem produkují, poněvadž představení taková uvádějí je v nemilý styk s velkým počtem profanních lidí. Z téže příčiny jest také nesnadno schopného indického hypnotiséra pohnouti, aby někoho za účelem zlepšení jeho povahy neb za jinými účely psychologisoval. Víť dobře, že důvěrný psychický styk takový mu jen škodu přináší. Z téhož důvodu jsem i já proti uvádění do hlubokého hypnotického spánku, poněvadž tento stav subjekt na hypnotistu pevněji poutá a tudíž do jisté míry na vývoji povahy téhož závislým činí, čehož při nižším stupni hypnosy čili psychologickém stavu není.

Lidé, kteří mnou naznačenou cestu výchovy Yogy již před delší dobou nastoupili, ale své činné smysly neprobudili, aby sobě přístup k oněm jevům přírody, které tu jmenovány býti nesmějí, zjednali, zdráhají se dokonce své přátele a hosty okkultními dovednostmi baviti. Obcují většinou jen se sobě rovnými, poněvadž styk s nezasvěcenci v nich jen ošklivost a odpor budí. Za účelem výchovy své vůle trpí sice s úsměvem na rtech styk s nimi, ale hned po každém takovém obcování s nezasvěcenci spěchají mezi své důvěrné soudruhy Yogy, aby se u nich z účinkujících na ně vlivů zotavili.

Jest všeobecně známým faktem, že všichni okkultističtí učitelé a učenci jsou velmi nesnadno přístupni, ne-li dokonce zcela nepřístupni. Příčinou toho není nic jiného,

než výše zmíněný zákon o myšlenkové [illegible], jejíž účinky a vliv jsou jim velmi dobře známy a jichž se tak obávají.

XIII. HLAVA.

Slavný anglický ministrpresident Gladstone vyznamenával se neobyčejně velkou schopností koncentrovati, t. j. soustřediti myšlenky. On dovedl za každých okolností pracovati s napjatou pozorností, a to, co by obyčejně lidi z duševní práce vyrušovalo, na Gladstonovo vědomí, když byl do práce pohroužen, nijak nepůsobilo, poněvadž byl absolutním pánem svých myšlenek. Ani tělesné bolesti nebyly s to jej vyrušiti, neboť, poněvadž nevěnoval jim žádné pozornosti, jich také nepociťoval.

Gladstone byl jedním z toho malého počtu mužů západních, kteří dokonale obeznámeni byli neb jsou s orientální psychologií. Pocit bolesti mezi východními okkultisty jest neznámou věcí, o kteréž tito sice mluviti slyšeli, ale na sobě nikdy nepocítili.

Pocit bolesti vzniká v našem mozku prostřednictvím čivů, pokud onemocnělým částem těla svou stálou pozornost a vědomí obracíme. Jakmile od onemocnělého údu neb bolavého místa svou pozornost odvrátíme, ihned bolesti povolí. Necháme-li svou pozornost úplně něčím jiným zaujmouti (absorbovati), zmizí pocit bolesti úplně. Nemocný neb poraněný musí tudíž svého ducha na nějakou věc, která s jeho bolestí v žádném spojení neb souvislosti není, tak upoutati, aby na svou bolest úplně zapoměl, takže jeho pozornost i když ji na chvilku od onoho předmětu odvrátí a jí odpočinouti dopřeje, se mechanicky ku jeho bolestem více nevrátí. Jeho pozornost musí býti tak vypěstována, aby, kdyby ji náhle povolil, s bolestmi obírati se, vůbec více nepomýšlela.

Kdo svého ducha k těmto účelům vychovati a tohoto stupně soustřeďovací schopnosti jeho dosáhnouti chce, ten zvykej sobě především pracovati duševně uprostřed největšího hřmotu, hluku a všelikých, pozornost úsilně od práce odlákati usilujících, attrakcí. Tak na příklad nechť skládá dopisy neb čte s porozuměním knihy, noviny neb časopisy

mezi představením v divadle, ve schůzích spolkových, v hostincích, ve vozech pouličních drah atd. Čím více ruchu a hluku panuje v takovém případě kolem vás, tím lépe. Z počátku bude se vám zdáti přímo nemožno provésti své předsevzetí a do takové práce duševní s celou myslí a pozorností se pohřížiti, ale budete-li trpělivě pokračovati a nepopustíte-li nijak, podaří se vám znenáhla dosíci vašeho úmyslu, zahloubati se do své práce duševní za hluku a šumu ať jest to již pouhá lektura, neb složitá i kombinační práce duševní, takže vás ani největší vřava z ní nevyruší. Dosáhnete-li už tohoto stupně dokonalosti soustřeďovati pozornost, čehož dosíci lze již během tří, neb čtyř měsíců vytrvalého cvičení, není nejmenší pochyby, že nabudete tím také schopnosti, obrácením pozornosti svých myšlenek, od bolesti se osvoboditi.

Svou podstatou bolesti nejsou nic jiného, než síly léčivé ve své činnosti. Zapomenete-li jich, či necháte-li je nepovšimnuté svým vědomím a nerušené, vykonají a splní svůj léčivý úkol tím rychleji a důkladněji; tím rychleji se též uzdravíte.

Člověk nesmí nikdy svou pozornost od elementárních sil přírody nechati zaujmouti a uvléci.

V zájmu elementálů i vlastním, jest povinností naší, vytrvale a vítězně jim čeliti i odporovati. Naše duševní pozornost tkví v astrálním organismu a tento musí jen náležeti nám a nesmí od elementálů — kdož ví kam až odvlákán býti. Pozornost naše musí nás, t. j. naši vůli na nejjemnější pokyn poslechnouti.



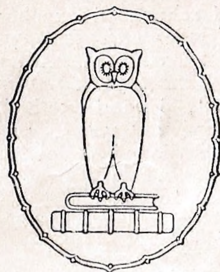
POZNÁMKA.

Čtenáře zajímajícího se o Vairagyanandu a další, nesmírně zajímavé nauky a názory indických adeptů, odkazujeme na 2. svazek této knihovny, který vyšel pod názvem „Moc a půvab osobního magnetismu“, kde líčena také velmi interesantní rozmluva upravovatele této publikace H. W. Bondeggra s professorem Vairagyanandou. V ní dozví se čtenář mezi mnohým jiným o výcviku pravé, dosud nepoužité poloviny mozku (o čemž se u nás dosud nepsalo), jež je prvním ze stupňů na dráze okkultismu.



KNIŽNICE „NOVÉ CÍLE“, SVAZEK II.

KNIHOVNA
„SFINGY“



přináší postupně práce nových směrů v naší literatuře, knihy originelní, překvapujícího obsahu.

Jsou v ní zastoupeny populárně psané knihy všech možných směrů a themat: okkultismu, „Nová Myšlenka“ (New Thought), praktická životní filosofie, díla výchovná, někdy i časová — hlavně však u nás neznámá a potřebná, někdy přímo sensační; vždy však knihy obsahově dobré, psané autoritami příslušných oborů.

O kvalitě sbírky svědčí první tři vydané svazky (seznam jich na druhé straně), u nás svým směrem nebo novým pojetím úplné novinky, kterými se naším čtenářům jistě zavděčíme.

Další rovněž zajímavé svazky jsou v tisku a zasílají se interesentům hned po vyjítí.